

Üniversite Öğrencilerinin Genel Beslenme Alışkanlıkları, Katkılı Besinler Hakkındaki Bilgi, Görüş ve Tutumları

Yrd. Doç. Dr. Fatih Sezek¹, Yrd. Doç. Dr. Ercan Kaya², Doç. Dr. Salih Doğan²

Özet

Araştırmaya Bayburt Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Atatürk Üniversitesi K.K.Eğitim Fakültesi, Fen Fakültesi, Edebiyat Fakültesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Tıp Fakültesi, Eczacılık Fakültesi ve Hemşirelik Meslek Yüksek okulunda öğrenim gören 1374 öğrenci katılmıştır. Deneklerin, besinlerin sağlıklı olmasına önem verdikleri ve sağlıklı besinleri tercih ettikleri, ancak dengeli ve sağlıklı bir diyet uygulama ve yalnızca öğünlerde yeme gibi davranış gerektiren ifadelerde aynı kararlılığı gösteremedikleri anlaşılmaktadır. Deneklerin, yapılması gerekeni bildikleri halde yaşamlarına uygulamadıkları, katkılı besinlere karşı ortak bir tutum sergilediği görülmektedir. Kız öğrencilerin az yağlı besinleri daha çok tercih ettikleri ve bunun da kız öğrencilerin dış görünüş ve sağlıklarına daha fazla önem göstermelerinden kaynaklanabileceği elde edilen bulgular arasındadır. Ayrıca verilere SPSS istatistik programı uygulanarak frekans ve yüzde dağılımları tespit edilmiştir. Verilen cevaplar arasında cinsiyet ve alanlar açısından fark olup olmadığına tespit için X² metodu uygulanmıştır. Çalışmada cinsiyet ve farklı alanlarda öğrenim görmenin verilen yanıtlar üzerine etkisi X² testi uygulanarak test edilmiş ve önemli bulunan sonuçlar tartışılmıştır. Cinsiyetin bütün teste verilen yanıtlara etkisi t- testi ile alanların etkisi de ANOVA ile analiz edilmiş ve sonuçlar tartışılmıştır.

Anahtar kelimeler: Katkılı besinler, Beslenme alışkanlıkları, Tüketici tutumları, Türkiye.

- 1 Atatürk Üniversitesi, Kâzım Karabekir Eğitim Fakültesi, Fen Bilgisi Öğretmenliği Anabilim Dalı, Erzurum.
- 2 Atatürk Üniversitesi, Kâzım Karabekir Eğitim Fakültesi, Biyoloji Eğitimi Anabilim Dalı, Erzurum.

Abstract

1374 students from Bayburt University Education Faculty, and from Atatürk University K.K. Education Faculty, Science, Arts, Economics and Management Science, Medicine and Pharmacy faculties and Institution of Higher Nurses School participated in the research. It is understood that while participants said take and prefer healthy foods, they don't keep on states as follow a healthy and balanced diet and only to eat in time. They know to need what to make, however don't apply to their life, and show also the same attitudes to additival nutritions. Girls prefer to consume light product, probably because of interested in more their fitness and healthy than boys. Frequencies and percentages of collected data were determined using SPSS programs. X² method was used to find whether there are differ among given answers according to gender or learning fields. In paper, X² method was used to determine gender and different learning fields. The impact of gender on all answers given is found by t test, in different learning by ANOVA and the results were discussed.

Key Words: Additival nutritions, Nutrition interests, Consumers' attitudes, Turkey.

1. GİRİŞ

Son zamanlarda ülkemizde ve dünyada tüketicilerin genel beslenme alışkanlıkları ve katkılı besinlerle ilgili bilgi ve tutumlarını belirlemek amacıyla çok sayıda çalışma yapılmıştır. Steptoe vd. 1995, Van Trijp 1995, Pliner ve Hobden 1992, Herman ve Polivy 1980, Stunkard ve Messick 1985 gibi araştırmacıların geliştirdikleri ölçekler buna örnek verilebilir.

Tüketicilerin beslenme eğilimleri, özellikle tüketici tutumlarını belirlemede etkili olmuştur. Contento vd. (1998) tarafından yapılan bir çalışmada, genç tüketicilerin beş farklı gruba ayrıldığı görülmektedir. Bunlar, damak zevkini öne alanlar, sosyal/çevreciler, kişisel, kısmen destekli ve sağlık menşeli ebeveyn destekli gruplardır.

Özellikle yanlış beslenme alışkanlıklarından kaynaklanan çok sayıda hastalığın olması ve bunların beslenme alışkanlıkları değiştirilerek engellenebilmesi, çalışmaların bu yöne kaymasına sebep olmuştur. Hayes ve Ross, 1987; Steptoe vd. 1995; Tuorila 1987, Tuorila ve Pangborn 1988, Wardle 1993 vb. tarafından yapılan çalışmalarda, besin tercihinde en önemli faktörün "sağlık" olduğu tespit edilmiştir.

Gıdaların sağlığa uygun olması yanında, tadının da iyi olması tüketilmesi açısından oldukça önemlidir. Yapılan bazı çalışmalarda çocukların bir besini tüketmeyi reddetmelerindeki en büyük sebebin "besinin tadı" olduğu tespit edilmiştir (Koivisto ve Sjoden 1996). Yüksek oranda yağlı besinlerin tüketiminde de besinin tadının (damak zevkinin) belirleyici olduğu tespit edilmiştir Tuorila ve Pangborn 1988, Brug vd. 1995 tarafından yapılan çalışmada da memnuniyet ve özellikle tadın meyve ve sebze tüketimiyle ilişkili olan önemli bir etken olduğu belirlenmiştir. Özel bir besini almada karar verirken en önemli ölçüt, tattu (Holm ve Kildevang 1996). Contento vd. (1998)'in yaptıkları bir araştırmada, damak zevkine düşkün olanların tada; sağlığa önem verenlerin ise besinlerin sağlıklı olmasına dikkat ettikleri anlaşılmıştır.

Diğer taraftan, teknolojinin tarımda ve tarıma dayalı sanayide yoğun olarak kullanılması bazı tehlikeleri de beraberinde getirmiştir. İngiliz Gıda Güvenliği Ajansı “Food Standarts Agency” denetiminde yapılan araştırmalar, gıdalara konan koruyucu ve renklendiricilerin çocuklarda hiperaktiviteye sebep olduğunu ortaya koymuştur. Gıdalardan kaynaklanan bu tür tehlikelerin artması, tüketicilerin ekonomik ve sosyal özelliklerinin değişmesi, tüketicilerin gıda ürünlerinde beklentilerini de değiştirmiştir. Buna bağlı olarak tüketici algısı da değişmiştir (Özçiçek Dölekoğlu 2003; Gül vd. 2003; Sarıkaya 2007).

Bu durumlar göz önüne alındığında yanlış beslenme, sağlıksız beslenme, sağlıklı besin, katkılı besin gibi kavramlara dikkat çekmenin önemi daha da artmaktadır. Şimdi veya ileriki yaşlarda çok ciddi olumsuzluklara yol açabilen istenmeyen beslenme alışkanlıklarının üniversite öğrencilerinde hangi düzeyde olduğunu anlamak, öğrencilerimizin katkılı besinler konusundaki bilgilerini tespit ederek olumsuzluklardan en düşük seviyede etkilenmelerini sağlamak için çeşitli önerilerde bulunmak çalışmanın amaçları arasındadır.

2. YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Atatürk Üniversitesi öğrencileri, örneklemi ise Kazım Karabekir ve Bayburt Eğitim Fakülteleri (276), Fen Edebiyat Fakültesi (676), İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi (61), Hemşirelik Meslek Yüksek Okulu (178), Tıp (68) ve Eczacılık Fakültelerinde (115) öğrenim gören toplam 1374 öğrenci oluşturmaktadır. Fakültelerin seçiminde sosyal, fen ve sağlık alanlarının temsil edilmesine çalışılmıştır.

2.2. Bilgi toplama aracı

Araştırmada veri toplama aracı olarak 16 kapalı uçlu sorudan oluşan bir anket uygulanmıştır. Anket Roininen vd. (1999), Magnusson ve Koivisto Hursti (2002) ve Cook vd. (2002)'nin çalışmalarından derlenmiş ve değiştirilerek düzenlenmiştir. Yanıtlar “**evet, kısmen, hayır, fikrim yok**” şeklinde sıralanmaktadır.

2.3. Verilerin analizi

Verilerin analizinde SPSS paket programı kullanılarak frekans ve yüzde dağılımları bulunmuş, cinsiyet ve farklı alanlarda öğrenim görenlerin verilen yanıtlar üzerine etkisini ölçmede X^2 testi uygulanmış ve önemli bulunan sonuçlar tartışılmıştır. Cinsiyetin bütün teste verilen yanıtlara etkisi t- testi ile alanların etkisi ise ANOVA ve Tukey testi ile analiz edilmiş ve sonuçlar tartışılmıştır.

3. BULGULAR

Araştırmaya katılanların 637'si erkek, 737'si ise bayandır. Bayan oranının yüksek olmasının nedeni, anket uygulamasının yapıldığı Hemşirelik Yüksek Okulu öğrencilerinin tamamının kız öğrencilerden oluşmasıdır. Katılımcıların %50.5'ini fen, %26.2'sini sağlık, %23,3'ünü sosyal alanlarda eğitim gören öğrenciler oluşturmaktadır.

Öğrencilerin katkı besinler (suni boyalı, tatlandırıcı ve hormonlu vs.) ve genel beslenme alışkanlıkları ile ilgili verdikleri cevaplar incelenmiş, ayrıca cinsiyet ve alanlar açısından karşılaştırmaları yapılmıştır.

3.1. Katkılı Besinler (Suni boyalı, tatlandırıcı ve hormonlu vs.) hakkındaki bulgular

Ankete katılanlardan günlük beslenmelerinde katkı besinlere dikkat ettiklerini söyleyenlerin oranı % 47, kısmen dikkat ettiklerini söyleyenler %38.5, dikkat etmeyenlerin oranı %13.2'dir. İçeriğini bilmediği besinleri yemediğini belirtenlerin oranı %44.8, tükettiklerini belirtenlerin oranı ise %15.9'dur. Alışverişlerde besinlerin etiket bilgilerinin okunması gerektiğini bildirenlerin oranı %87.5'tir. Ancak alışverişlerde etiket bilgilerini okuyanların oranı %46.3, kısmen okuduğunu söyleyenlerin oranı %42'dir. %10'u ise okumadığını belirtmiştir. Yalnızca doğal olarak yetiştirilen sebze ve meyveleri yemeği tercih edenlerin oranı %58, kısmen tercih edenler %34.4, dikkat etmediğini belirtenler ise %6'dır. Katkılı besinlerin sağlığa zararlı olduğuna inananlar %68.7, kısmen zararlı olduğuna inananlar %22.4, zararlı olduğuna inanmayanlar ise %5'tir. Doğal olarak üretilen ürünlerin, suni destekle (gübre, hormon vs.) üretilenlere göre sağlıklı olduğuna öğrencilerin %83.2'si inanmakta, %5.7'si ise inanmamaktadır. Verilen yanıtların yüzde dağılımları Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Katkılı besinlerle ilgili verilen cevapların yüzde oranları.

İFADELER	Evet %	Kısmen %	Hayır %	Fikrim Yok %
Günlük beslenmemde katkı besinlere dikkat ederim	47	38.5	13.2	1.3
İçeriğini bilmediğim besinleri tüketmekten kaçınırım	44.8	38.2	15.9	1.1
Alışverişlerde besinlerin etiket bilgileri okunmalıdır	87.5	8.5	3	1
Alışverişlerde etiket bilgilerini okurum	46.3	42	10	1.1
Yalnızca doğal olarak yetiştirilen sebze ve meyveleri yemeyi tercih ederim	58	34.4	6	1.6
Katkılı besinlerin sağlığa zararlıdır	68.7	22.4	5	3.6
Doğal olarak üretilen ürünler suni destekle üretilenlere göre daha sağlıklıdır	83.2	5.7	5.7	2.3

3.2. Genel beslenme alışkanlıklarına yönelik bulgular

Ankete katılanların %59.2'si besinlerinin sağlıklı olmasına çok önem verirken, %36.1'i kısmen, %3.8'i ise önem vermediğini belirtmiştir. %71.1'i sağlıklı besinleri tercih ettiğini, %50.3'ü az yağlı besinleri tercih ettiğini, %13.7'si sürekli dengeli ve sağlıklı bir diyet uyguladığını belirtmektedir. Günlük besinlerini çok fazla vitamin ve mineral içermesine önem verenler %20.7, kısmen önem verenler %43, hiç önem vermeyenlerin ise %33.8 oranında olduğu tespit edilmiştir. %22.8'i yalnızca öğünlerde yediğini, %43.7'si ise öğünlerin haricinde de yediğini belirtmişlerdir. Öğünler arasındaki yiyeceklerin sağlıklı olmasına önem verenlerin oranı %35, vermeyenler %22.5'tir. Kolesterol seviyesini yükselten besinleri tüketmekten kaçınanlar %27.7, kısmen kaçınanlar %38.9, hiç kaçınmayanların oranı ise %30.3'dür. Sağlık açısından önemine bakmadan sevdiğim şeyleri yerim diyenlerin oranı %26.9, kısmen yerim %34.6, önemsemeyenler ise %29.2'dir. İfadelere verilen cevapların yüzde dağılımları Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Genel beslenme alışkanlıklarına verilen yanıtların yüzde oranları

İFADELER	Evet %	Kısmen %	Hayır %	Fikrim Yok %
Besinlerimin sağlıklı olmasına çok önem veririm	59.2	36.1	3.8	0.9
Sağlıklı besinleri tercih ederim	71.1	25.2	3	0.7
Az yağlı besinleri tercih ederim	50.3	35	13.1	1.5
Daima dengeli ve sağlıklı bir diyet uyguluyorum	13.7	38.5	45.6	2.2
Günlük besinlerimin çok fazla vitamin ve mineral içermesine önem veririm	20.7	43	33.8	2.5
Yalnızca öğünlerde yerim	22.8	31.9	43.7	1.5
Öğünler arasındaki yiyeceklerin sağlıklı olmasına önem veririm	35	41	22.5	1.5
Kolesterol seviyemi yükselten besinleri tüketmekten kaçınıyorum	27.7	38.9	30.3	3
Sağlık açısından önemine bakmadan sevdiğim şeyleri yerim	26.9	34.6	29.2	9.3

3.3. Katkılı Besinlerle İlgili Verilen Cevapların Cinsiyet Açısından Karşılaştırılması

Katkılı besinlerle ilgili yedi ifadeden sadece ikinci ifadede cinsiyetler açısından bakıldığında istatistiksel anlamda fark önemli değildir. Diğer altı ifadede farklar önemlidir (Tablo.3). İfadelere verilen yanıtların dağılımları aşağıda sırasıyla ele alınmaktadır. "Günlük beslenmelerinde katkı maddeli yiyeceklere dikkat eder misiniz?" ifadesine erkeklerin %21.1'i, kızların %25.9'u dikkat ettiklerini, erkeklerin %7.6'sı, kızların ise

5.7'si dikkat etmediklerini belirtmişlerdir. “İçeriklerini bilmediğiniz hazır besinleri yer misiniz?” ifadesine erkeklerin %20'si, kızların %24.5'i yemediklerini, erkeklerin %17.4'ü, kızların %20.8'i ise kısmen yediklerini belirtmişlerdir. Yemeyenlerin oranı ise erkeklerde %8.4, kızlarda %7.6'dır. “Alışverişlerde besinlerin etiket bilgileri okunmalıdır” ifadesine erkeklerin %38.9'u, kızların %48.5'i evet cevabı vermişlerdir. “Alışverişlerde etiket bilgilerini okurum” ifadesine erkeklerin %22.2'si kızların %24.1 evet, erkeklerin %17.3'ü kızların %24.7'si kısmen cevabı vermişlerdir. “Yalnızca doğal olarak yetiştirilmiş sebze ve meyveler yemeği tercih ederim” ifadesine erkeklerin %25.8'i, kızların %32.2'si evet cevabını vermişlerdir. “Katkılı besinler sağlığım açısından zararlıdır” ifadesine erkeklerin %27.5'i, kızların %41.2'si evet cevabı vermişlerdir. “Doğal olarak üretilen ürünler, suni destekle (Sunı gübre, hormon) üretilenlere göre daha sağlıklıdır” ifadesine, erkeklerin %37.7'si, kızların %45.6'sı evet; erkeklerin %2.4'ü, kızların %3.3 hayır cevabı vermişlerdir. İfadelere verilen cevapların yüzde dağılımları Tablo 3'de verilmiştir.

“İçeriğini bilmediğim besinleri tüketmekten kaçınırım” ifadesi hariç, diğer ifadelerde istatistiksel anlamda önemlilik tespit edilmiştir.

Tablo 3. Katkılı besinlerle ilgili verilen cevapların cinsiyetler açısından karşılaştırılması

İFADELER	CİNSİYET	Ev %	Kısmen %	Hayır %	Fikrim Yok %	P	X ²
Günlük beslenmemde katkılı besinlere dikkat ederim	Erkek	21.1	17	7.6	0.7	11.271	*
	Kız	25.9	21.5	5.7	0.5		
İçeriğini bilmediğim besinleri tüketmekten kaçınırım	Erkek	20	17.4	8.4	0.6	4.442	0.218
	Kız	24.5	20.8	7.6	0.5		
Alışverişlerde besinlerin etiket bilgileri okunmalıdır	Erkek	38.9	4.6	2.2	0.7	17.953	*
	Kız	48.5	3.9	0.8	0.4		
Alışverişlerde etiket bilgilerini okurum	Erkek	22.2	17.3	5.7	1.2	18.778	*
	Kız	24.1	24.7	4.4	0.4		
Yalnızca doğal olarak yetiştirilen sebze ve meyveleri yemeyi tercih ederim	Erkek	25.8	15.8	3.5	1.2	13.934	*
	Kız	32.2	18.6	2.5	0.4		
Katkılı besinler sağlığa zararlıdır	Erkek	27.5	13	3.3	2.5	50.459	*
	Kız	41.2	9.4	1.7	1.4		
Doğal olarak üretilen ürünler suni üretilenlere göre daha sağlıklıdır	Erkek	37.7	4.8	2.4	1.5	8.006	*
	Kız	45.6	3.9	3.3	0.9		

*= p<0.05

3.4. Genel beslenme alışkanlıklarıyla ilgili verilen cevapların cinsiyet açısından karşılaştırılması

Tablo 4. Genel Beslenme Alışkanlıklarıyla İlgili Verilen Cevapların Cinsiyet Açısından Karşılaştırılması

İFADELER	CİNSİYET	Evet %	Kısmen %	Hayır %	Fikrim Yok %	P	X ²
Besinlerimin sağlıklı olmasına çok önem veririm	Erkek	27.2	16.4	2.1	0.7	6.064	0.109
	Kız	32	19.7	1.7	0.2		
Sağlıklı besinleri tercih ederim	Erkek	32.8	11.3	1.7	0.6	6.469	0.091
	Kız	38.3	13.9	1.3	0.1		
Az yağlı besinleri tercih ederim	Erkek	19.4	17.1	8.7	1.2	56.026	*
	Kız	31	17.9	4.4	0.4		
Daima dengeli ve sağlıklı bir diyet uyguluyorum	Erkek	6.9	15	23.1	1.3	22.056	0.000
	Kız	6.8	23.5	22.5	0.9		
Günlük besinlerimin çok fazla vitamin ve mineral içermesine önem veririm	Erkek	9.8	17.2	17.8	1.6	21.566	0.000
	Kız	10.8	25.8	16.1	0.9		
Yalnızca öğünlerde yerim	Erkek	11.4	14.8	19.3	0.9	4.676	0.197
	Kız	11.5	17.1	24.5	0.6		
Öğünler arasındaki yiyeceklerin sağlıklı olmasına önem veririm	Erkek	16.2	18.9	10.6	0.7	0.257	0.968
	Kız	18.9	22.2	11.9	0.7		
Kolesterol seviyemi yükselten besinleri tüketmekten kaçınıyorum	Erkek	12.6	15.4	16.5	1.8	24.355	0.000
	Kız	15.1	23.5	13.8	1.2		
Sağlık açısından önemine bakmadan sevdiğim şeyleri yerim	Erkek	13.2	14.3	14	4.9	8.566	0.036
	Kız	13.7	20.4	15.1	0.4		

*= p<0.05

Besinlerin sağlıklı olmasına çok önem veririm ifadesine erkeklerin %27.2'si, kızların %32'si evet, erkeklerin %16.4'ü, kızların %19.7'si kısmen cevabını vermişlerdir. Sağlıklı besinleri tercih ederim ifadesine erkeklerin %32.8'i, kızların %38.3'ü evet, erkeklerin %11.3'ü, kızların %13.9'u kısmen cevabı vermişlerdir. Besinlerimin az yağlı olması benim için önemlidir ifadesine erkeklerin %19.4'ü, kızların %31'i evet, erkeklerin %17.1'i, kızların %17.9'u kısmen cevabını vermişlerdir. Daima dengeli ve sağlıklı bir diyet uyguluyorum ifadesine erkeklerin %6.9'u, kızların %6.8'i evet, erkeklerin %15'i, kızların %23.5'i kısmen cevabı vermişlerdir. Günlük diyetimin çok fazla vitamin ve mineral içermesine

önem veririm ifadesine erkeklerin %9.8'i, kızların %10.8'i evet, erkeklerin %17.2'si, kızların %25.8'i kısmen cevabı vermiştir. Yalnızca öğünlerde yerim ifadesine erkeklerin %11.4'ü, kızların %11.5'i evet, erkeklerin %14.8'i, kızların %17.1'i kısmen cevabı vermişlerdir. Öğünler arasında yiyeceklerimin sağlıklı olmasına önem veririm ifadesine erkeklerin %16.2'si, kızların %18.9'u evet, erkeklerin %18.9'u, kızların %22.2'si kısmen cevabı vermişlerdir. Kolesterol seviyemi yükselten besinleri tüketmekten kaçınırım ifadesine erkeklerin %12.6'sı, kızların %15.1'i evet, erkeklerin %15.4'ü, kızların %23.5'i kısmen cevabı vermişlerdir. Sağlık açısından önemine bakmadan sevdiğim besinleri yerim ifadesine erkeklerin %13.2'si, kızların %13.7'si evet, erkeklerin %14.3'ü, kızların %20.4'ü kısmen cevabı vermişlerdir. İfadelere verilen cevapların yüzde dağılımları Tablo 4'de verilmiştir. Az yağlı besinleri tercih ederim; daima dengeli ve sağlıklı bir diyet uygularım; günlük besinlerimin çok fazla vitamin ve mineral içermesine önem veririm; kolesterol seviyemi yükselten besinleri tüketmekten kaçınırım; sağlık açısından önemine bakmadan sevdiğim şeyleri yerim ifadelerinde istatistiksel olarak önemlilik vardır.

3.5. Farklı Alanlarda Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Katkılı Besinlere Karşı Tutumları

Öğrencilerin katkı besinlerle ilgili sorulara verdikleri yanıtlarda sergiledikleri tutumlar arasında istatistiksel anlamda farklılık yoktur. Verilen cevapların % oranları aşağıda verilmiştir.

Tablo 5. Farklı Alanlarda Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Katkılı Besinlere Karşı Tutumları

İFADELER	ALAN	Evet %	Kısmen %	Hayır %	Fikrim Yok %	P	X ²
Günlük beslenmemde katkı besinlere dikkat ederim	Fen	23.1	19.9	7.2	0.4	10.361	0.110
	Sağlık	13.2	9.9	2.5	0.6		
	Sosyal	10.8	8.7	3.5	0.3		
İçeriğini bilmediğim besinleri tüketmekten kaçınıyorum	Fen	22.1	20.6	7.6	0.3	7.562	0.272
	Sağlık	11.9	9.3	4.6	0.4		
	Sosyal	10.8	8.3	3.8	0.4		
Alışverişlerde besinlerin etiket bilgileri okunmalıdır	Fen	44.2	4.7	1.2	0.4	8.373	0.212
	Sağlık	22.5	2.1	1.3	0.3		
	Sosyal	20.8	1.7	0.4	0.3		
Yalnızca doğal olarak yetiştirilen sebze ve meyveleri yemeği tercih ederim	Fen	27.9	18.7	3.1	0.8	8.032	0.236
	Sağlık	16.2	8.5	1.2	0.4		
	Sosyal	14	7.1	1.7	0.4		
Katkılı besinler sağlığa zararlıdır	Fen	33.4	12.2	3.1	1.8	14.934	0.063
	Sağlık	18.8	5.5	1.2	0.7		
	Sosyal	16.5	4.8	0.7	1.3		
Doğal olarak üretilen ürünlerin suni üretilenlere göre daha sağlıklıdır	Fen	42.7	4.4	2.7	0.7	12.396	0.054
	Sağlık	21.5	2.5	1.6	0.6		
	Sosyal	19.1	1.7	1.4	1.1		
Alışverişlerde etiket bilgilerini okurum	Fen	22.6	21.8	5.5	0.6	12.561	0.051
	Sağlık	13.6	9.7	2.2	0.7		
	Sosyal	10.1	10.6	2.3	0.3		

*= $p<0.05$

Günlük beslenmesinde katkı maddeli besinlere dikkat ettiğini söyleyenlerin oranı fen alanında %23.1, sağlıkta %13.2, sosyal alanda %10.8'dir. Kısmen dikkat edenlerin oranı ise sırasıyla %19.9, %9.9 ve %8.7'dir. İçeriklerini bilmediği hazır besinleri yemeyenlerin oranı fen alanında %22.1, sağlıkta %11.9, sosyal alanda %10.8'dir. Kısmen dikkat edenlerin oranı sırasıyla %20.6, %9.3 ve %8.3'tür. Alışverişlerde besinlerin etiket bilgilerinin okunması gerektiğini söyleyenlerin oranı fen alanında %44.2, sağlıkta %22.5, sosyal alanda ise %20.8'dir. Bu görüşe kısmen katılanların oranı sırasıyla %4.7, %2.1 ve 1.7'dir. Katılmayanların oranı %1.2, %1.3 ve %0.4'tür. Yalnızca doğal olarak yetiştirilmiş sebze ve meyveler yemeği tercih edenlerin oranı fen alanında %27.9, sağlıkta

%16.2, sosyal alanda %14'tür. Kısmen tercih edenlerin oranı sırasıyla %18.7, %8.5 ve %7.1'dir. Katkılı besinleri sağlıkları açısından zararlı bulanlar fen alanında %33,4 sağ-
lıkta %18.8, sosyal alanda %16.5'tir. Kısmen zararlı bulanların oranları sırasıyla %12.2,
%5.5 ve 4.8'dir. Zararsız bulanların oranları sırasıyla %3.1, %1.2 ve %0.7'dir. Doğal ola-
rak üretilen ürünleri suni destekle üretilenlere göre daha sağlıklı bulanlar fen kesiminde
%42.7, sağlıkta %21.5 ve sosyalde %19.1'dir. Kısmen sağlıklı bulanlar sırasıyla %4.4,
%2.5 ve %1.7'dir. Daha sağlıklı bulmayanların oranı ise sırasıyla %2.7, %1.6 ve 1.4'tür.
Alışverişlerde besinlerin etiket bilgilerini okuyanları oranı fen %22.6, sağlıkta %13.6
ve sosyalde %10.1'dir. Kısmen okuyanlar sırasıyla %21.8, %9.7 ve %10.6'dır. İfadelere
verilen cevapların yüzde dağılımları Tablo 5'de verilmiştir.

3.6. Farklı alanlarda öğrenim gören öğrencilerin genel beslenme alışkanlıkları

Besinlerinin az yağlı olmasına önem verenlerin oranı fen %23.4, sağlıkta %15.3
ve sosyalde %11.6'dır. Kısmen önem verenlerin oranları sırasıyla %19.1, %8.4 ve
%7.6'dır.

Tablo 6. Farklı alanlarda öğrenim gören öğrencilerin genel beslenme alışkanlıkları

İFADELER	ALAN	Evet %	Kısmen %	Hayır %	Fikrim Yok %	P	X ²
Besinlerimin sağlıklı olmasına çok önem veririm	Fen	28.2	19.9	2	0.4	9.258	0.160
	Sağlık	17.1	8.1	0.8	0.2		
	Sosyal	13.9	8.2	1	0.2		
Sağlıklı besinleri tercih ederim	Fen	34.6	13.9	1.7	0.3	12.041	0.061
	Sağlık	18.9	6.6	0.7	0.1		
	Sosyal	17.7	4.7	0.6	0.4		
Az yağlı besinleri tercih ederim	Fen	23.4	19.1	7.1	0.9	19.070	* 0.004
	Sağlık	15.3	8.4	2.4	0.1		
	Sosyal	11.6	7.6	3.6	0.5		
Daima dengeli ve sağlıklı bir diyet uyguladığımı	Fen	6.8	17.1	25.4	1.2	85.436	* 0.000
	Sağlık	4.7	14.3	6.8	0.4		
	Sosyal	2.2	7.1	13.4	0.6		
Günlük besinlerimin çok fazla vitamin ve mineral içermesine önem veririm	Fen	9.9	21	18.5	1.1	55.095	* 0.000
	Sağlık	6.8	13.8	5.3	0.4		
	Sosyal	4	8.2	10	0.9		
Yalnızca öğünlerde yerim	Fen	11	15.8	22.7	1	7.1581	0.307
	Sağlık	6.5	9.1	10.5	0.1		
	Sosyal	5.4	7	10.6	0.4		
Öğünler arasındaki yiyeceklerin sağlıklı olmasına önem veririm	Fen	16	21.6	12.2	0.7	13.134	* 0.041
	Sağlık	11.1	9.8	5	0.3		
	Sosyal	7.9	9.7	5.3	0.4		
Kolesterol seviyemi yükselten besinleri tüketmekten kaçınıyorum	Fen	13.5	19.2	16.2	1.6	6.993	0.322
	Sağlık	7.9	10.9	6.8	0.5		
	Sosyal	6.3	8.8	7.4	0.9		
Sağlık açısından önemine bakmadan sevdiğim şeyleri yerim	Fen	12.3	15.9	13.8	8.5	96.075	* 0.000
	Sağlık	8.1	10	7.7	0.4		
	Sosyal	6.5	8.7	7.7	0.4		

* = p < 0.05

Daima dengeli ve sağlıklı bir diyet uyguladığımı söyleyenlerin oranı fende %6.8, sağ-
lıkta 4.7, sosyalde %2.2'dir. Kısmen uygulayanların oranları sırasıyla %17.1, %14.3 ve
%7.1'dir. Uygulamayanların oranları sırasıyla %25.4, %6.8 ve %13.4'tür.

Günlük besinlerinin çok fazla vitamin ve mineral içermesine önem verenlerin oranı fende %9.9, sağlıkta %6.8 ve sosyalde %4'tür. Kısmen önem verenlerin oranları sırasıyla %21, %13.8 ve %8.2'dir. Önem vermeyenlerin oranları %18.5, %5.3 ve %10'dur. Yalnızca öğünlerde yiyenlerin oranları fende %11, sağlıkta %6.5 ve sosyalde %5.4'tür. Kısmen yiyenlerin oranı %15.8, %9.1 ve %7'dir. Öğünler arasındaki besinlerin sağlıklı olmasına önem verenlerin oranları fende %16, sağlıkta %11.1 ve sosyalde %7.9'dur. Kısmen önem verenlerin oranları sırasıyla %21.6, %9.8 ve %9.7'dir. Kolesterol seviyesini yükselten besinlerden kaçınanların oranı fende %13.5, sağlıkta %7.9 ve sosyalde %6.3'tür. Kısmen kaçınanların oranları sırasıyla %19.2, %10.9 ve %8.8'dir. Sağlık açısından önemine bakmadan sevdikleri şeyleri yiyenlerin oranı fende %12.3, sağlıkta %8.1 ve sosyalde %6.5'tir. Kısmen yiyenlerin oranı sırasıyla %15.9, %10 ve %8.7'dir. Yemeyenlerin oranları ise %13.8, %7.7 ve %7.7'dir. İfadelere verilen cevapların yüzde dağılımları Tablo 6'da verilmiştir. İstatistiksel olarak, az yağlı besinleri tercih ederim; daima dengeli ve sağlıklı bir diyet uyguluyorum; günlük besinlerimin çok fazla vitamin ve mineral içermesine önem veririm; öğünler arasındaki yiyeceklerin sağlıklı olmasına önem veririm ve sağlık açısından önemine bakmadan sevdiğim şeyleri yerim ifadelerinde anlamlı farklılık vardır.

3.7. Ankete verilen yanıtların t testi ve Anova sonuçları

Ankete verilen cevaplar toplu şekilde değerlendirildiğinde cinsiyetin katkı besinlere karşı tutuma etkisi ve genel beslenme alışkanlıkları üzerinde etkisi t-testine göre önemlidir (Tablo 7).

Tablo 7. Cinsiyetin katkı besinlere karşı tutum ve genel beslenme alışkanlıkları üzerine etkisinin t-testi sonuçları

CİNSİYET	Katkılı besinlere karşı tutum			Genel beslenme alışkanlıkları		
	Aritmetik Ortalama	Standart sapma	Sigma	Aritmetik Ortalama	Standart sapma	Sigma
Erkek	2,4426975	0,446203	0,000	2,0195359	0,41274487	0,000
Kız	2,5524286	0,361265	0,000	2,0996520	0,37222963	0,000

Ankete verilen cevaplar alanlar açısından toplu şekilde değerlendirildiğinde cevaplar arasında ANOVA'ya göre fark vardır. Cevaplara Tukey testi uygulandığında katkı besinlere karşı tutumda bir fark bulunmazken, genel beslenme alışkanlıkları açısından sağlık alanında okuyan öğrencilerin cevapları fen ve sosyal alanda okuyanlardan farklı bulunmuştur. Fen ve sosyal alan öğrencileri arasında önemli bir farklılık tespit edilememiştir (Tablo 8). Katkılı besinlere karşı tutumlarında ise herhangi bir farklılık bulunmamıştır.

Tablo 8. Alanların katkılı besinlere karşı tutum ve genel beslenme alışkanlıkları üzerine etkisinin ANOVA ve Tukey testi sonuçları

ALAN	Genel beslenme alışkanlıkları			Katkılı besinlere karşı tutum		
	Aritmetik Ortalama	Standart sapma	Sigma	Aritmetik Ortalama	Standart sapma	Sigma
Fen (a)	2,01073	0,39124	0,744 (ac)	2,49629	0,39585	0,598 (ab)
Sağlık (b)	2,19135	0,37367	0,000 (ab, bc)	2,52182	0,43257	0,569 (bc)
Sosyal (c)	2,02986	0,38845	0,744 (ac)	2,50156	0,39916	0,973 (ac)

TARTIŞMA

Öğrencilerimizin genel beslenme alışkanlıkları göz önüne alındığında “besinlerin sağlıklı olmasına önem veririm, sağlıklı besinleri tercih ederim” gibi ifadeler verilen cevapların ortalamaları 2,4’ün üzerinde, ancak “daima dengeli ve sağlıklı bir diyet uygulamam, yalnızca öğünlerde yerim” gibi bir davranış gerektiren sorularda ise ortalama 2’nin altındadır. Dolayısıyla denekler, yapılması gerekeni bilmekte ancak bildiklerini uygulamamaktadır şeklinde yorumlayabiliriz.

Katkılı besinlerle ilgili testte bütün sorulara verilen cevapların ortalaması 2’nin üstünde, testin genel ortalaması ise 2,5’in üzerindedir. Deneklerin katkılı besinlere karşı ortak bir tutum sergilediğini söyleyebiliriz.

Katkılı besinlerle ilgili verilen cevaplar cinsiyet açısından karşılaştırıldığında “günlük beslenmemde katkılı besinlere dikkat ederim, yalnızca doğal olarak yetiştirilen sebze ve meyveleri yemeği tercih ederim, alışverişlerde besinlerin etiket bilgilerini okurum, alışverişlerde besinlerin etiket bilgileri okunmalıdır, katkılı besinler sağlığa zararlıdır, doğal olarak üretilen ürünler, suni destekle (sunî gübre, hormon) üretilenlere göre daha sağlıklıdır” ifadelerine verilen cevaplar istatistiksel olarak önemlidir.

Cinsiyetin katkılı besinlere karşı tutumu ve genel beslenme alışkanlıklarını nasıl etkilediği, t- testine göre incelendiğinde her ikisinde de önemlilik vardır. Anova ve Tukey testi sonuçlarına göre genel beslenme alışkanlıkları testinde sağlık alanı hem fen hem de sosyal alandan farklıdır. Fen alanının, sosyal alana göre ortalamaları daha yüksektir. Alanların katkılı besinlere karşı tutumları arasında fark mevcut değildir.

Çalışmamızda, az yağlı besinleri tercih oranı %50.3, kısmen tercih oranı ise %35’tir. Cinsiyetler açısından bakıldığında ise bu oran erkeklerde %19.4 evet, %17.1 kısmen, kızlarda ise %31 evet, %17.9 kısmen şeklinde iken; Kaya vd. (2005) tarafından liselerde yapılan bir çalışmada ise erkek öğrencilerin %34.1’i, kız öğrencilerin ise %48.9’u besinlerin az yağlı olmasına önem verdiklerini belirtmişlerdir. Kız öğrencilerin az yağlı besinleri daha çok tercih ettikleri anlaşılmaktadır. Yapılan çeşitli çalışmalarda da cinsiyetin yiyecek seçiminde etkili bir faktör olduğu tespit edilmiştir (Staffeu vd.1994; Lennernäs vd. 1997). Pek çok çalışmada ise bayanların az yağlı besinlere ve sağlıklı beslenmeye

daha olumlu baktığı, yağlı besinlere karşı olumsuz tutum içinde oldukları ve erkeklere nazaran daha az tercih ettikleri ve sağlıklı diyet uygulamalarını sürdürdükleri bulunmuştur (Roininen vd. 2000).

Genel beslenme alışkanlıklarıyla ilgili verilen cevapların cinsiyet açısından karşılaştırılmasında az yağlı besinleri tercih ederim, daima dengeli ve sağlıklı bir diyet uygulamam, günlük besinlerimin çok fazla vitamin ve mineral içermesine önem veririm, kolesterol seviyemi yükselten besinleri tüketmekten kaçınırım, sağlık açısından önemine bakmadan sevdiğim şeyleri yerim ifadelerine verilen cevaplar istatistiksel açıdan önemlidir. Birkaç madde hariç genellikle kız öğrencilerin teste verdikleri cevapların puan ortalamaları erkek öğrencilerden daha yüksektir. Bu da kız öğrencilerin dış görünüş ve sağlıklarına daha fazla önem göstermelerinden kaynaklanabilir.

Farklı alanlarda öğrenim gören üniversite öğrencilerinin katkı besinlere karşı tutumları arasında istatistiksel olarak herhangi bir fark bulunamamıştır. Öğrencilerin genel beslenme alışkanlıkları incelendiğinde az yağlı besinleri tercih etme, daima dengeli ve sağlıklı bir diyet uygulama, günlük besinlerin çok fazla vitamin ve mineral içermesine önem verme, öğünler arasındaki yiyeceklerin sağlıklı olmasına önem verme ve sağlık açısından önemine bakmadan sevdiği şeyleri yeme ifadelerinde istatistikî olarak farklılık vardır.

Besin tercihinde sağlık, önemli bir faktör olarak gösterilmiştir (Hayes ve Ross 1987; Steptoe vd. 1995; Tuorila 1987; Tuorila ve Pangborn 1988; Wardle 1993).

Tüketiciler arasında sağlık eğilimlerini araştırmak, piyasalarda yağı azaltılmış besinlerin sayısındaki artışa yönlendirmektedir. Aynı zamanda yağı azaltılmış besinlere karşı tutumu da etkilemektedir. Halk az yağlı besinleri daha sağlıklı bulmakta ve yağlı besinlere göre daha fazla tercih etmektedir (Stafleu vd. 1994). Fakat yağlı besinlere göre daha az lezzetli olduğunu düşünmektedirler (Tuorila vd. 1988). Buna rağmen, bu besinler tadıldığında önemli farklılıklar tespit edilmemiştir (Guinard ve Marty 1996).

Pek çok ülkede besin eğitim programları iki diyet arasında ara öğünleri ve gerçek besin tüketimini azaltmayı önermektedir. Ancak pek çok batı ülkesinde yüksek enerjili yağlar, özellikle de doymuş yağlar ve tuz alımı çok; sebze ve meyve tüketimi ise az miktardadır (Kennedy vd. 1996; Lahti- Koski 1999).

Az yağlı ürünleri geliştirme ve tüketmede artan ilgiye rağmen, bu ürünleri tüketmek ve bunların sağlığa etkileriyle ilgili tüketici tutumlarını ölçmek için özel ölçekler yapılamamıştır (Steptoe vd. 1995).

Besinlerin etiketlenmesi eğitimi faaliyeti (NLEA) yiyeceklerin etiketleri üzerinden sağlanan besin bilgilerini yönlendirmede önemli değişimlerle sonuçlanmaktadır (Burton ve Andrews, 1996). Sağlıklı diyet uygulamalarında, tüketicilere yardımcı olacak seçimleri şekillendirmede ve besinlerle ilgili bilgilendirmede yardımcı olmak kanuni bir zorunluluktur. Besin etiketi kullanılabilir, anlaşılabilir bir içerik tasarısına sahip olmalıdır. Amerika'da 1973 yılında Sağlık ve Gıda Bakanlığı (FDA) tarafından geliştirilen gönüllü etiketleme sistemini oluşturmada NLEA mevzuatı getirilmiş, FDA'nın kararı ile çoğu işlem görmüş besinlerde etiketleme zorunlu kılınmıştır. Aynı zamanda sıradan sebze, meyve ve deniz ürünlerini gönüllü olarak etiketleme rehberi de sunulmuştur (Nayga

vd. 1998). Ülkemizde de Tarım ve Köy İşleri Bakanlığı, Koruma ve Kontrol Genel Müdürlüğü tarafından Türk Gıda Kodeksi-Gıda maddelerin Genel Etiketleme ve Beslenme Yönünden Etiketleme Kuralları Tebliği, 2002 yılında tebliğler dergisinde yayınlanmış ve 4. değişikliği 2007 yılında yapılmıştır (Tarım ve Köy İşleri Bakanlığı).

Amerikalı çoğu tüketicinin, NLEA'nın çalışmalarını bildiği ve tüketicilerin %80'inin yiyecek ürünlerindeki bu yeni etiketlerin farkında olduğu anlaşılmıştır. Araştırma aynı zamanda tüketicilerin yaklaşık %88'inin kısa bir sürede etiketleri okuduklarını göstermektedir (Food Marketing Institute 1995; Silvergrade 1996). Golodner 1993, Gaskel vd. 1998 gibi bazı bilim insanları ise bilginin düşünceleri etkileyen bir etken olduğu, fakat bu fikirlerin olumlu veya olumsuz yönde olabileceğini ileri sürmüşlerdir (Magnusson ve Hursti U.K.K 2002). Bu nedenle sorun sadece tüketicilerin etiketlerin farkında olup olmaması değil, aynı zamanda etiketlerin muhtevalarının tüketiciler açısından faydalı bilgiler içerip içermediğidir. Çalışmamızda üniversite öğrencilerinin %87.5'i besinlerin etiket bilgilerinin okunması gerektiğini; ancak %46.3'ünün okuduğu %42'sinin ise kısmen okuduğu ifadelerinden anlaşılmaktadır. Cinsiyet açısından ise erkekler kızlara göre daha az etiket bilgisi okumakta ve beslenmelerine daha az önem vermektedirler. Bu bulgular Nayga (1996)'nın erkeklerin etiketleri daha az okudukları ve genel beslenme ve sağlık konularıyla daha az ilgili olduklarıyla ilgili tespitlerini desteklemektedir. Araştırmamızda da, etiket bilgilerini okurum ifadesine erkeklerin %22.2'si evet; %17.3'ü kısmen; kızların ise %24.1'i evet, %24.7'si kısmen cevabı vermişlerdir. Kızların daha fazla etiket okudukları ifadelerinden açıkça anlaşılmaktadır.

Besin etiketlerinin etkisi, tüketicilerin algıları ve bu etiketlerin kullanımı hakkındaki güven duygularına bağlıdır (Petrucci 1996). İlginçtir ki, daha eğitilmiş kişiler besin seçiminde etiket bilgilerinden daha az etkilenmektedir. Geçmiş araştırmaların temel bulgusu olan bu sonuç eğitilmiş kesimin daha fazla araştırmaya yönelmesinden kaynaklanıyor olabilir. Yinede eğitilmiş kesimin günlük besin etiketlerini yetersiz veya zayıf bulmalarından da kaynaklanabilir. Bu yüzden besin etiketlerinin içeriklerini iyileştirme ve geliştirme çabaları yüksek eğitilmiş müşteriler için etkili bir pazarlama stratejisi olabilir (Rodolfo ve Nayga 1999).

Doğal olarak üretilen ürünleri tercihte kız öğrenciler erkek öğrencilere oranla oldukça dikkatli (Tablo.3), alanlar açısından bakıldığında ise fen kesimi sağlık ve sosyal kesimine oranla oldukça önde (Tablo.5) gözükmektedir.

Yapılan bir çalışmada, kültürün besin tercihini en çok etkileyen faktörlerin başında olduğu tespit edilmiştir (Rozin 1982). Yinede, çoğu çalışma bir bölgede veya ulusta yiyecek tercihleri ve tutumları arasındaki ilişkiye odaklanmıştır. Avrupa ve Amerika'daki tutum ve davranışlar üzerine birçok çalışma mevcuttur (Rozin vd. 1999). Amerikalı, Japon, Finlandiyalı, Belçikalı ve Fransızlar arasında yapılan sağlık ve diyetle ilişkili çalışmalarda farklı sonuçlar mevcuttur. Amerikalılar en sağlıklı ve en memnuniyetçi, Fransızlar sağlıksız ve daha memnuniyetçi, Belçikalılar ve Japonlar ise bunların arasında yer almaktadır (Glanz vd. 1997). Ülkemizde bu konuda yapılan yeterli çalışma olma-

makla birlikte, verilerimizden elde edilen bilgilere dayanarak sağlıklı besinleri tercih konusunda yüksek kabule rağmen uygulamada aynı şeyi söylemek oldukça zordur.

Ekolojik tarımın toplam yıllık cirosu 25 milyar doları bulmaktadır ve bunun yarısı Avrupa birliği ülkelerine aittir. Günümüzde AB tarım toprağının %25'i ekolojik tarıma geçmiştir. Daha birkaç yıl öncesine kadar Avrupa'da sadece belirli bir tüketici sınıfına hitap ederken, sıradan Avrupa'lı tüketicilerin günlük yaşamına girmiş ve AB'nin tarım politikasının ve genel sağlık yaşam felsefesinin temel dayanağı haline gelmiştir. Ancak ülkemizde ekolojik tarımla üretilen ürün miktarı 300 bin tondur. Bunun tamamına yakını AB ülkelerine ihraç edilmektedir. Türkiye'nin Ekolojik ürünlerinin AB payı 37 milyon dolar iken, iç pazar payı 3 milyon dolar civarındadır (Aktar ve Ananias 2007). AB'de ekolojik tarımın %83'ünü tahıl ve yağlı tohumlar oluşturmaktadır. Ekolojik hayvancılıkta ise gerek süt ve gerekse besi hayvanlarının sayısına oranı sadece %1'den biraz daha fazladır (Aktar ve Ananias 2007).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak anketimize katılan öğrencilerin çoğu besinlerinin sağlıklı olmasına çok önem vermekte, büyük bir çoğunluğu sağlıklı besinleri tercih ettiğini ifade etmektedir. Öğrencilerin yarıdan fazlası az yağlı besinleri tercih ederken, yaklaşık üçte biri sağlık açısından önemine bakmadan sevdiği şeyleri yediğini bildirmektedir. Kız öğrenciler az yağlı besinleri daha az tercih etmektedirler. Sağlık ve iyi görünüşü sürdürmek için az yağlı besinleri yemek önemli bir karakterdir. Sağlık otoriteleri yağ alımı ve bazı kronik hastalıklar arasındaki ilişkiye bağlı olarak sıradan öğünlerde yağı azaltmayı tavsiye etmektedirler (Anonymus 1994; Truswell 1985).

Öğrencilerin yaklaşık yarısı günlük beslenmede katkı besinlere dikkat ettiğini ifade etmekte; ayrıca katkı besinlere karşı tutum ve genel beslenme alışkanlıklarına cinsiyet açısından bakıldığında önemlilik göze çarpmaktadır. Öğrencilerin yarıya yakını içeriğini bilmediği besinleri tüketmekten kaçındığını söylerken; yaklaşık yarısı da alışverişlerde etiket bilgilerini okuduğunu belirtmektedir.

Anova ve Tukey testi sonuçlarına göre ise genel beslenme alışkanlıkları testinde sağlık alanı hem fen ve hem de sosyal alandan farklı olup; fen alanının, sosyal alana göre ortalamaları daha yüksektir. Alanların katkı besinlere karşı tutumları arasında ise fark mevcut değildir.

Öğrencilerimiz ve bütün tüketicilerimiz; sağlıklı beslenme ile ilgili bilgilerinin tutum ve davranışa dönüştürülmesi konusunda eğitilmeli, sağlıklı beslenme ile ilgili dersler ve çeşitli etkinlikler (seminer, sempozyum, bilgilendirme toplantısı, medya programları vs.) ile bilgileri artırılmalı, alışverişlerde son kullanma tarihi ve etiket bilgilerinin okunması alışkanlığı kazandırılmalı, organik tarıma daha fazla pay ayrılarak ürünlerin iç piyasada da tüketilmesi teşvik edilmelidir.

KAYNAKLAR

- C. Aktar, V. Ananias, Bia haber Merkezi, (2007), İstanbul, <http://www.bianet.org/bianet/yazdir/60074>.
- Anonymus, Revising the dietary guidelines for Americans: history and rationale. *Nutrition Reviews*, 52, (1994), pp. 394–395.
- J. Brug, S. van Debie, P. Assema, W. Weijts., Psychosocial determinants of fruit and vegetable consumption among adults: result of focus group interviews. *Food Quality and Preference*, 6, (1995), pp. 99–107.
- S. Burton ve J.C. Andrews, “Age product Nutrition, and Label Format Effects on Consumer Perception and Product Evaluations.” *Consumer Affairs*, 30 (1), (1996), pp. 68–89.
- I.R. Contento, J.L. Michela, C.J. Goldberg, Food choice among adolescent: population segmentation by motivations. *Journal of Nutrition education*, 20, (1998), pp. 289–298.
- A. J. Cook, G.N. Kerr, K. Moore, “Attitudes and intentions towards purchasing GM food” *Journal of Economic Psychology* 23(2002), pp. 557–572.
- Food Marketing Institute. *Shopping for Health, Trends*, 95, (1995) Washington
- G. Gaskel, M.W. Bauer, J. Durant, Public Perception of Biotechnology in 1996: Eurobarometer 46,1. (1998). In J. Durant, M:W. Bauer ve G. Gaskell (Eds), *Biotechnology in the Public Sphere. A European Sourcebook*. London: Science Museum.
- K. Glanz, J. Brug, P. van Assema, Are awareness of dietary fat intake and actual fat consumption associated? A Dutch-American comparison. *European Journal of Clinical Nutrition* 51 (1997), pp. 542–547.
- L. F. Golodner, “Healty Confusion for Consumers.” *Journal of Public Policy and Marketing*, 12(1), (1993), pp.130–132.
- J-X. Guinard, C. Marty., Acceptability of fat-modified foods to children, adolescent and their parents: effect of sensory properties, nutritional information and price. *Food Quality and Preference*, 8(1996), pp. 223–231.
- A. Gül, A. Özdeş Akbay, C. Özçiçek Dölekoğlu, R. Özel, C.Akbay, *Adana ili kentsel alanda ailelerin ev dışı gıda tüketimlerinin belirlenmesi*. Proje Yayın No, 95, (2003), Ankara.
- D. Hayes, C.E. Ross, “Concern with appearance, health beliefs and eating habits.” *Journal of Health and Social Behavior*, 28 (1987), pp. 120–130.
- C.P. Herman, J. Polivy, Restraint eating. In A.A.J. Stunkard (Ed.), *Obesity*, (1980), pp. 208–225 Philadelphia: Saunders.
- L. Holm, H. Kildevang, Consumers’ views on food quality. A qualitative interview study. *Appetite*, 27, (1996), pp. 1–14.
- E. Kaya, F. Sezek ve E. Özay, “Sağlıklı Beslenmenin Önemi İle İlgili Öğrenci Görüşlerinin Cinsiyet, Anne-Baba Eğitimi ve Gelir Düzeyi Açısından İncelenmesi” *XIV. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi*, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi, (2005), pp. 926–929, DENİZLİ.
- E. Kennedy, L. Meyers, W. Layden, The 1995 dietary guidelines for Americans: an overview. *Journal of the American Dietetic Association*, 96 (1996), pp. 234–237.
- U.K. Koivisto, P.O Sjöden, Reasons for rejection of food items in Swedish families with children aged 2-17. *Appetite*, 26, (1996), pp.89-103.
- M. Lahti-Koski, National Public Health Institute, *Annual Nutrition Report 1998*. Publications of the National Public Health Institute No B2/(1999), Helsinki.
- M. Lennernas, C.Fleisröm, W.Becker, I.Gachetti, A. Schimitt, A.M. Remaut de Winter, M.Kerney, Influences on food choice perceived to be important by nationally-representative samples of adults in the European Union. *European Journal of Clinical Nutrition* 51 (1997), pp. 8–15.
- M.K. Magnusson, U-K. Koivisto Hursti, Consumer attitudes towards genetically modified foods. *Appetite*, 39 (1), (2002), pp. 9–24.

- Jr. R. M. Nayga, "Determinant of Consumers' Use of Nutritional Information on Food Packages." *Journal of Agricultural and Applied Economics*, 28(2), (1996), pp. 303–312.
- Jr. R.M. Nayga, D. Lipinski, N.Savur, "Consumers' Use of Nutritional Labels While Food Shopping and At Home." *Journal of Consumer Affairs*, 32(1)(Summer), (1998), pp. 106–120.
- C. Özçiçek Dölekoğlu, Tüketicilerin işlenmiş gıda ürünlerinde kalite tercihleri, sağlık riskine karşı tutumları ve besin bileşimi konusunda bilgi düzeyleri (Adana örneği). Ç.Ü. Fen Bil. Enst., Tarım Ekonomisi ABD, Doktora Tezi, (2003), pp. 101.
- P.J. Petrucci, "Consumer and Marketing Implications of Information Provision: The Case of the Nutrition Labeling and Education act of 1990." *Journal of Public Policy and Marketing*. 15(1): (1996), pp.150–153.
- P. Pliner, K. Hobden, Development of a scale to measure the trait of food neophobia in humans. *Appetite*, 19, (1992), pp. 105–120.
- M. Rodolfo, Jr. Nayga, Toward an Understanding of Consumers' Perceptions of Food Labels, *International Food and Agribusiness Management Review*, 2 (1), (1999), pp. 29–45.
- K. Roininen, L. Lähteenmäki, H. Tuorila, "Quantification of Consumer Attitudes to Health and Hedonic Characteristics of Foods" *Appetite*, 33, (1999), pp. 71–88.
- K. Roininen, L. Lähteenmäki, H. Tuorila, An application of means-end chain approach to consumers' orientation to health and hedonic characteristics of foods. *Ecology of Food and Nutrition* 39 (2000), pp. 61–81.
- P. Rozin, Human food selection: the interaction of biology, culture and individual experience. In: L.M. Barker, Editor, *The Psychobiology of Human Food Selection*, Ellis Horwood, Chichester (1982), pp. 225–254.
- P. Rozin, C. Fischler, S. Imada, A.Sarubin, A. Wrzesniewski, Attitudes to food and the role of food in life in the U.S.A., Japan, Flemish Belgium and France: possible implications for the diet-health debate. *Appetite* 33 (1999), pp. 163–180.
- D. Sarıkaya, Genetik modifiye organizmaların taşıdıkları riskler, (2007), <http://www.vejetaryen.net/ekoloji/gdo>.
- B.A. Silvergrade, "The Nutrition Labeling and Education Act: Progress to Date and Challenges for the Future." *Journal of Public Policy and Marketing*, 15(1), (1996), pp. 148–150.
- A. Stafleu, C.de Graaf, W.A. van Staveren, Attitudes towards high-fat foods and their low-fat alternatives: relationship with fat intake. *Appetite*, 22, (1994), pp. 183–196.
- A. Steptoe, T. Pollard, J. Wardle, Development a measure of the motives underlying the selection of food: the food choice questionnaire. *Appetite*, 25, (1995), pp. 267–284.
- A.J Stunkard, S. Messick, The Three-Factor Eating Questionnaire to measure dietary restraint disinhibition and hunger. *Journal of Psychosomatic Research*, 29, 71–83.
- Tarım ve Köy İşleri Bakanlığı, Koruma ve Kontrol Genel Müdürlüğü sitesi, (2009) <http://www.kkgm.gov.tr/TGK/Tebliğ/2002-58.html>.
- A.S. Truswell "Evolution of dietary recommendations, goals and guidelines". *American Journal of Clinical Nutrition*, 45: (1985), pp. 1060–1072.
- H. Tuorila, "Selection of Milks with Varying Fat Contents and Related Overall Liking, Attitudes, Norms and Attentions", 8, (1987), pp. 1–14.
- H.Tuorila, R. Pangborn, "Prediction of Reported Consumption of Selected Fat-Containing Foods". *Appetite*, 11: (1988), pp. 81–95.
- H.C.M. Van Trijp Variety-seeking in product choice behavior: theory with applications in the food domain, Academic dissertation, University of Wageningen, 1995, Netherland.
- J. Wardle, Food choices and health evaluation, *Psychology and Health*, 8 (1993), pp. 65–75.