

Annelerin Duygusal Yeme, Bilişsel Kısıtlama ve Kontrolsüz Yeme Davranışlarının Çocukların Besin Tüketimine Etkisi¹

Pınar Çağlayan Ural* Serap Andaç Öztürk**

* Yüksek lisans öğrencisi, İstanbul Aydın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beslenme ve Diyetetik ABD, İstanbul, ORCID: 0000-0002-9238-4616

** Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, İstanbul, ORCID: 0000-0002-6253-4118

ÖZET

Çocukların yeme davranışlarının düzenlenmesi ve gelişmesinde ebeveynlerin önemli rol model oldukları belirtilmektedir. Bu çalışmada annelerin duygusal yeme, bilişsel kısıtlama, kontrolsüz yeme davranışlarının ve beslenme bilgi düzeylerinin çocukların besin tüketimine olan etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma özel bir kolejde eğitim görmekte olan ve araştırmaya katılmaya gönüllü 6.5-8 yaşındaki ilköğretim öğrencileri ve anneleri üzerinde yürütülmüştür. Annelerin yeme davranışları üç faktörlü yeme ölçeği (TFEQ-Tr21), beslenme bilgi düzeyi ise yetişkin beslenme düzeyi ölçeği (YETBİD) ile belirlenmiştir. Çocukların besin tüketim kayıtları BeBİS 8.1 programında analiz edilmiştir. Annelerin yeme davranışı ile çocukların besin öğelerini tüketimlerinin yeterliliği arasında istatistiksel farklılık saptanmamıştır. Bununla birlikte annelerin YETBİD besin tercihi puanı ile çocuklarının karbonhidrat alımı, B6 vitamini, potasyum, magnezyum, demir minerali alımları arasında negatif, protein tüketimleri açısından ise pozitif yönde istatistiksel anlamlılık saptanmıştır. Annelerin duygusal yeme, bilişsel kısıtlama, kontrolsüz yeme davranışları ve beslenme bilgi düzeyleri ile çocuklarının besin ögesi alımları yeterlilik düzeyleri arasında farklılık saptanmamıştır.

Anahtar Kelimeler: Beslenme Alışkanlıkları, Beslenme Bilgi Düzeyi, Duygusal Yeme, Yeme Davranışı, TFEQ-Tr21, YETBİD

ABSTRACT

Parents, are important role models in the regulation and development of eating behaviors of children. This study aimed to evaluate the effects of mothers' emotional eating, cognitive restriction, uncontrolled eating behaviors and nutritional knowledge on children's food consumption. Study conducted on children, aged 6.5-8 years, studying at a private college and their mothers who volunteered to participate to the study. The mothers' eating behaviors were determined by the three-factor eating questionnaire (TFEQ-Tr21), and the nutritional knowledge level was determined by the adult nutrition level scale (NKLSA). Food consumption records of the children analyzed in the BEBİS 8.1 program. No differences was found between mothers eating behavior and adequacy of children's nutrient intake. However, a negative correlation were found between the mothers' NKLSA food preference score and their children's carbohydrate, vitamin B6, potassium, magnesium, iron mineral intake. However, positive correlation were found between the mothers' NKLSA food preference score and their children's protein intake. There is no differences between mothers emotional eating, cognitive restriction, uncontrolled eating behaviors and nutritional knowledge levels and their children's nutrient intake adequacy levels.

Keywords: Nutritional Habits, Nutritional Knowledge Level, Emotional Eating, Eating Behavior, TFEQ-Tr21, NKLSA

Sorumlu yazar: serandac@yahoo.com

Geliş tarihi: 06.06.2021

Kabul tarihi: 04.10.2021

Atf için: Çağlayan Ural, P., & Andaç Öztürk, S. (2021). Annelerin duygusal yeme, bilişsel kısıtlama ve kontrolsüz yeme davranışlarının çocukların besin tüketimine etkisi. *KAÜ Sağlık Bil. Derg.*, 1(3), 151-162.

¹Bu makale, yüksek lisans tezinden uyarlanmıştır.

GİRİŞ

Ebeveynler çocuklarının beslenme alışkanlıklarının şekillenmesinde bütüncül rol oynarlar. Çocuklara yeni besinlerin tanıtılması, evde yemeğin bulunabilirliği, ödüllendirici ya da kısıtlayıcı yemek yeme uygulamaları gibi davranışlar ile ebeveynler çocuklarının beslenme alışkanlıklarını etkilerler (Hoffmann, Marx, Burmeister, & Musher-Eizenman, 2018). Çocuklar da her konuda olduğu gibi beslenme konusunda da yakın çevrelerini taklit ederek öğrenir. Aile, özellikle de anneler, çocuğun beslenme alışkanlıklarının gelişmesinde en etkili ortam ya da bireydirler (Aksoy & Garipağaoğlu, 2021). Bununla birlikte ebeveynler; çocuklarının beslenme alışkanlıklarının şekillenmesindeki uygulamaları sırasında kendi değerlerini, beklentilerini ve hedeflerini doğrudan ya da dolaylı olarak çocuklara yansıtır. Bu ise çocuğun beslenme tercihlerini, enerji alımını, gıda ile ilişkisini ve kilo durumunu etkiler (Hoffmann et al., 2018). Bu noktada ebeveynlerin besleme süreciyle ilgili duygularını, düşüncelerini ve yaklaşımlarını anlamak çocuklarının beslenme süreci ile ilgili tutumlarının değerlendirilmesinde önem kazanmaktadır (Yılmaz, 2020). Ebeveynlerin, evde değişik beslenme uygulamaları ile besin ortamında gerçekleştirmiş oldukları kontrolün çocuklarının diyet alımlarını etkilediği bildirilmektedir (Quah ve ark, 2018).

Çocukların beslenme alışkanlıkları, kendilerine özgü tat ve besin tercihleri gibi içsel ve medya, akran, ebeveynler gibi dış faktörlerden etkilenmektedir (Warkentin, Mais, Latorre, Carnell, & De Aguiar Carrazedotaddei, 2018). Diğer taraftan ebeveynlerin yemek yeme alışkanlıkları, sevdiği ve sevmediği besinler, çocuklarının yaşamlarının ilk dönemlerinden ergenlik dönemine kadar etkili olmaktadır. Günümüzde acele ile hazırlanan yemekler, hazır besin tüketiminin artması, çocukların okulda çok fazla zaman geçirmesi gibi nedenlerden dolayı ebeveynler de çocuklarının beslenme alışkanlıklarını kontrol altında tutmakta zorlanabilmektedirler (Karakaş & Törnük, 2016).

Annenin beslenme bilgisi çocuklar için evde hazırlanan besinlerin miktarı ve çeşidini dahası çocuğun beslenme durumunu etkilemektedir (Ulu, 2019). Yapılan bir çalışmada annelerin sahip olduğu doğru beslenme davranışı, bilgisi ve uygulamalarının çocukların beslenmesi için çok önemli olduğu bildirilmiş ve ebeveynlere verilen beslenme eğitiminin okul çağı çocuklarının beslenme durumunu iyileştirdiği gösterilmiştir (Angeles-Agdeppa, Monville-Oro, Gonsalves, & Capanzana, 2019). Bunu destekler şekilde yetersiz beslenme bilgisinin, çocuklarda beslenmeye bağlı sağlık sorunlarının nedenlerinden biri olduğu, özellikle annenin beslenme bilgi düzeyinin doğru beslenme alışkanlıkları kazandırması ile ilişkili olduğu vurgulanmaktadır (Ulu, 2019).

Tüm bu bilgiler ışığında mevcut çalışma; annelerin duygusal yeme, bilişsel kısıtlama, kontrolsüz yeme davranışlarının ve beslenme bilgi düzeylerinin çocukların besin tüketimine olan etkisinin belirlenmesi amacı ile planlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Bu araştırma İstanbul ilinde yer alan özel bir kolejde eğitim görmekte olan ve çalışmaya katılmaya gönüllü 6.5-8 yaşındaki öğrenci ve anneleri ile yürütülmüştür. Çalışma verileri Eylül 2020-Aralık 2020 tarihleri arasında toplanmıştır. Çalışmanın etik kurul izni İstanbul Aydın Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 2020/322 karar numarası ile alınmıştır. Çalışmaya dahil edilme kriterleri; gönüllülük, anketi dolduracak seviyede bilgisayar kullanabilme ve okur yazar olmaktır. Belirtilen yaş aralığında olmayan öğrenciler, çalışmaya gönüllü olmayan anneleri ile eksik verilerin olduğu anketler çalışmaya dahil edilmemiştir.

Mevcut çalışma annelerin yeme davranışlarının çocuklarının besin alımları üzerindeki etkisinin tam olarak anlaşılabilmesi adına sadece 6.5-8 yaşındaki öğrenci ve anneleri ile yürütülmüştür. Araştırmada herhangi bir örneklem seçim yöntemi kullanılmamış olup, tam sayım yöntemi ile araştırmaya katılmayı kabul eden 6.5-8 yaş öğrenci ve anneleri araştırmaya dahil edilmiştir. Çalışma online veri toplama yöntemi ile gerçekleştirilmiş olup, çalışmaya katılmaya gönüllü olan veliler online onay vererek çalışmaya dahil edilmiştir. Çalışmaya toplam 106 anne ve çocuğu katılmış olup, anketteki bilgi veya besin tüketim kaydının eksik olması gibi sebeplerden 50 veri çalışma dışı bırakılmıştır. Bu nedenle çalışma 56 anne ve çocuğunun verisi ile yürütülmüştür.

Çalışma kapsamında annelere araştırmacılar tarafından oluşturulmuş sorulardan oluşan anket uygulanmıştır. Bu kapsamda annelere eğitim seviyesi, vücut ağırlıkları, çocuklarının beslenme alışkanlıkları, abur cubur tüketimleri, çocuklarının vücut ağırlığından memnun olup olmadıkları gibi soruları sorulmuştur.

Üç Faktörlü Yeme Ölçeği; Bu bölümde annelerin yeme davranışlarını saptayabilmek adına “Üç Faktörlü Yeme Ölçeği” (TFEQ-Tr21) kullanılmıştır. Üç faktörlü yeme ölçeği (TFEQ-21) Messic ve Stunkard tarafından 1985 yılında duygusal yeme durumunun bilişsel ve davranışsal bileşenlerini ölçmek ve değerlendirmek amacı ile geliştirilmiştir. TFEQ-21’in Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması ise Karakuş ve arkadaşları tarafından yapılmıştır. Ölçeğin alt boyutlarına ait cronbach alfa değerleri şu şekildedir; bilişsel kısıtlama; 0.801, duygusal yeme; 0.870, kontrolsüz yeme; 0.787 (Karakuş, Yıldırım, & Büyüköztürk, 2016).

Yetişkin Beslenme Düzeyi Ölçeği; Anketin üçüncü bölümünde annelerin beslenme bilgi düzeyini saptamak için “Yetişkin Beslenme Düzeyi Ölçeği” (YETBİD)’den yararlanılmıştır. YETBİD, Batmaz tarafından geliştirilmiş olup, iki bölümden (Batmaz, 2018) oluşmaktadır. Birinci bölüm; temel beslenme ve besin-sağlık bilgisi olmak üzere 20 soru içermektedir. İkinci bölüm ise 12 sorudan oluşan besin tercihinin sorgulandığı bölümdür. Bu iki bölümdeki sorular kesinlikle katılmıyorum, katılmıyorum, kararsızım, katılıyorum, kesinlikle katılıyorum şeklinde 5’li likert ölçeği ile değerlendirilmektedir. Temel beslenme ve besin sağlık bilgisi başlığı altında alınabilecek maksimum puan 80, besin tercihi başlığı altında alınabilecek maksimum puan 48’dir (Batmaz, 2018). Ölçekten elde edilen puanlar kötü, orta, iyi ve çok iyi olarak değerlendirilmektedir. Ölçeğin ilk bölümü olan temel beslenme ve besin-sağlık bilgisi bölümünden alınan puan; <45 ise kötü, 45-55 aralığında ise orta, 56-65 aralığında ise iyi, >65 ise çok iyi olarak değerlendirilmektedir. Besin tercihi bölümünde ise <30 puan kötü, 30-36 puan aralığı orta, 37-42 puan aralığı iyi, >42 puan ise çok iyi olarak değerlendirilmektedir.

Besin Tüketim Kaydı Değerlendirmesi; Çalışmanın son aşamasında annelerden çocuklarına ait bir günlük besin tüketim kayıtları istenmiş ve ilgili bilgiler görsel ya da yazılı olarak toplanmış. Besin öğelerinin yeterliliği değerlendirilirken referans değer %100 kabul edilip, kesişim noktaları \pm %33 olarak kullanılmıştır. Enerji ve besin öğelerini önerilen değerde alan çocuklar (RDA karşılama değeri %67-133 arasında) “yeterli”, önerilen değer altında alan çocuklar (RDA karşılama değerinin %67 altında) “yetersiz”, referans alım değerinden fazla alan çocuklar (RDA karşılama değeri %133’ün üzerinde) ise “fazla” olarak kabul edilmiştir (İslamoğlu, Garipağaoğlu, İlkaç, & Güneş, 2019).

Çalışma için gerekli olan tüm hesaplamalar ve istatistik analizler bilgisayar ortamında yapılmıştır. Veriler tanıtıcı istatistik değerleri hesaplanarak ifade edilmiştir. Çalışmamızda nicel verilerin parametrik ve non parametrik testlerin seçimi için normallik varsayımı analizleri yapılmıştır. Bu analizler için veriler Shapiro-Wilk testi, histogram analizleri ve verilerin basıklık, çarpıklık değerlerine bakılmıştır. Nicel değişken bakımından iki kategoriye sahip nitel değişkenin kategorileri arasında fark olup olmadığına, normal dağılım varsayımları sağlanıyorsa Student-t testi, sağlanmıyorsa Mann Whitney U testi kullanılarak bakılmıştır. İki kategorik değişken arasındaki ilişki incelenmek istendiğinde ise Ki-kare ve Fisher Exact testleri kullanılmıştır. İki nicel değişken arasındaki ilişki incelenmek istendiğinde, normal dağılım varsayımları sağlandığı zaman Pearsons Korelasyon testi, normal dağılım varsayımları sağlanmadığı zaman Spearman Rho Korelasyon katsayısı testi kullanılmıştır. Nicel değişkenlerde bağımsız üç ve üstü grup karşılaştırılırken normal dağılım varsayımları sağlanıyorsa tek yönlü Anova testi, sağlanmıyorsa Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Farklılığın kaynağı Post-Hoc Tukey Testi ile belirlenmiştir. İstatistiksel testlerin güven aralığı %95 olarak değerlendirilmiş ve anlamlılık düzeyi 0,05 olarak alınmıştır. Çocukların besin tüketim kayıtlarından elde edilen veriler Beslenme Bilgi Sistemi (BeBİS 8.1) paket programı kullanılarak analiz edilmiştir.

BULGULAR

Çalışmaya katılan annelerin yaş ortalaması 38.8±4 yıl, BKİ ortalamaları ise 24.8±4.2 kg/m²'dir. BKİ sınıflandırmasına göre annelerin %3.6'sı zayıf iken, %53.6'sının normal vücut ağırlığında olduğu saptanmıştır (Tablo 1).

Tablo 1. Annelerin eğitim ve BKİ verilerinin dağılımı

Demografik Veriler		n	%
Eğitim Durumu	İlköğretim	0	%0
	Lise	4	%7.1
	Lisans	42	%75.0
	Lisansüstü	10	%17.9
BKİ	Zayıf	2	%3.6
	Normal	30	%53.6
	Hafif kilolu	14	%25.0
	Obez	10	%17.9

BKİ; beden kütle indeksi

Üç faktörlü yeme ölçeği (TFEQ-Tr21) ile annelerin duygusal yeme (DY), bilişsel kısıtlama (BK) ve kontrolsüz yeme (KY) davranışları sorgulanmıştır. Buna göre annelerin BK puanı 45.8±20.8, DY puanı 21.74±28.44, KY puanı ise 29.9±22.2'tür (Tablo 2). Annelerin bilişsel kısıtlama puanlarının duygusal yeme ve kontrolsüz yeme puanlarına göre yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 2. Annelerin TFEQ-Tr21 alt faktörlerine ait puan ortalamaları

TFEQ-Tr21	n	$\bar{X} \pm SS$	Min-Max
BK Puan	56	45.8±20.8	5.56-94.44
DY Puan	56	21.74±28.44	0-100
KY Puan	56	29.9±22.2	0-96.3

BK; bilişsel kısıtlama, DY; duygusal yeme, KY; kontrolsüz yeme

Annelerin bilişsel kısıtlama, duygusal yeme ve kontrolsüz yeme puanları ile annelerin çocuklarının beslenme alışkanlıkları ve vücut ağırlıkları hakkındaki düşüncelerinin karşılaştırması Tablo 3'te sunulmuştur. Annenin bilişsel kısıtlama, duygusal yeme ve kontrolsüz yeme davranışlarını ile çocuklarının vücut ağırlığı memnuniyeti, abur cubur tüketimi ve yemek yemesi için ısrar edilmesi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir.

Tablo 3. Annelerin TFEQ-Tr21 alt faktörleri ile çocuklarının beslenme alışkanlıkları ve vücut ağırlıkları hakkındaki düşüncelerinin karşılaştırılması

TFEQ-Tr21 Alt Faktörleri										
Değişkenler	BK			DY			KY			
	$\bar{X} \pm SS$	Min.Max.	p	$\bar{X} \pm SS$	Min.Max.	p	$\bar{X} \pm SS$	Min.Max.	p	
Kilo Memnuniyeti										
Evet	45	45.7±21	6-94	0.91 ^a	32.2±28	0-100	0.80 ^a	29.3±21	0-93	0.67 ^a
Hayır	11	46.5±19	22-72		29.8±31	0-100		32.7±26	0-96	
Abur Cubur Tüketimi										
Evet	18	47.8±23	17-94	0.41 ^b	41±29	0-100	0.14 ^b	33.7±23	4-96	0.66 ^b
Hayır	18	40.4±21	6-78		22.5±27	0-72		27.2±22	0-67	
Bazen	20	48.9±19	17-78		31.7±28	0-100		29.1±22	0-93	
Yemek Yemesi İçin İsrar Etme										
Evet	9	52.5±20	22-72	0.23 ^b	37.7±35	0-100	0.28 ^b	33.3±31	0-96	0.37 ^b
Hayır	25	40.7±21	6-94		36.2±30	0-100		33.3±23	0-93	
Bazen	22	49±20	17-78		24.2±23	0-72		24.7±17	4-56	

BK; bilişsel kısıtlama, DY; duygusal yeme, KY; kontrolsüz yeme
a: Student t, b: One way Anova

Çalışmamızda annelerin beslenme bilgi düzeyi YETBİD ile değerlendirilmiş olup annelerin YETBİD alt boyutlarından almış oldukları puanlar Tablo 4’te sunulmuştur.

Tablo 4. Annelerin YETBİD puanları ortalaması

YETBİD Kategorisi	n	$\bar{X} \pm SS$	Min-Max
YETBİD BB Puanı	56	52.3±8.1	28-72
YETBİD BT Puanı	56	39.0±5.9	10-48

BB; beslenme bilgisi, BT; besin tercihi

Annelerin YETBİD BB ve BT puanlarına beslenme bilgilerinin sınıflandırması Tablo 5’te sunulmuştur.

Tablo 5. Annelerin YETBİD puanlarına göre dağılımı

YETBİD Kategorisi		n	%
YETBİD BB Puan	Kötü	5	% 8.9
	Orta	32	% 57.1
	İyi	16	% 28.6
YETBİD BT Puan	Çok İyi	3	% 5.4
	Kötü	3	% 5.4
	Orta	10	% 17.9
	İyi	26	% 46.4
	Çok İyi	17	% 30.4

BB; beslenme bilgisi, BT; besin tercihi

Çalışmamızın son aşamasında annelerin yeme davranışları (BY, DY ve KY puanları) ve beslenme bilgi puanları (YETBİD BT, BB) ile çocukların enerji, makro ve mikro besin ögesi alımları karşılaştırılmıştır (Tablo 6,7,8). Buna göre YETBİD BT puanı yüksek olan annelerin çocuklarının protein alımlarının daha fazla olduğu görülmüştür ($p<0.05$). Bilişsel kısıtlama puanı yüksek olan annelerin çocuklarının lif alımlarının daha yüksek olduğu görülmüştür ($p<0.05$), bununla birlikte karbonhidrat tüketimlerinin yeterli olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Duygusal yeme ve kontrolsüz yeme puanları düşük olan annelerin çocuklarının omega-3 alımlarının daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir ($p<0.05$).

Tablo 6. Annelerin TFEQ-Tr21 alt faktörleri ve YETBİD puanlarının çocukların besin ögesi tüketimlerinin yeterlilik düzeyleri ile karşılaştırılması

	Ölçek Alt boyutları	Besin Ögesi Tüketim Miktarları				Fazla n	$\bar{X} \pm SS$	p
		Yetersiz n	$\bar{X} \pm SS$	Yeterli n	$\bar{X} \pm SS$			
CHO %	BK	42	42±19	14	59±23			0.03^{a*}
	DY	42	35±29	14	23±26			0.43 ^a
	KY	42	33±23	14	21±18			0.26 ^a
	BB	42	53±9	14	52±4			0.35 ^b
	BT	42	39±6	14	39±4			0.23 ^b
PROTEİN %	BK			43	47±21	13	43±20	0.60 ^a
	DY			43	33±29	13	27±28	0.49 ^a
	KY			43	30±24	13	28±18	0.79 ^a
	BB			43	52±8	13	54±10	0.22 ^b
	BT			43	38±6	13	42±3	0.05^{b*}
LİF YAĞ %	BK			11	51±23	45	45±20	0.41 ^a
	DY			11	28±27	45	33±29	0.66 ^a
	KY			11	27±19	45	31±23	0.62 ^a
	BB			11	50±8	45	53±8	0.18 ^b
	BT			11	39±5	45	39±6	0.71 ^b
LİF	BK	18	41±18	35	46±22	3	72±10	0.05^{a*}
	DY	18	35±31	35	31±27	3	24±42	0.79 ^a

OMEGA-3	KY	18	33±24	35	29±22	3	21±17	0.64 ^a
	BB	18	52±8	35	53±9	3	49±3	0.46 ^b
	BT	18	41±4	35	38±7	3	38±4	0.20 ^b
	BK			6	40±18	50	47±21	0.45 ^a
	DY			6	53±31	50	29±27	0.05^{a*}
	KY			6	46±30	50	28±21	0.05^{a*}
	BB			6	51±12	50	52±8	0.73 ^b
	BT			6	42±4	50	39±6	0.30 ^b
	BK	5	32±7	16	53±22	35	44±21	0.11 ^a
	DY	5	50±26	16	24±29	35	33±28	0.20 ^a
	KY	5	43±22	16	26±24	35	30±21	0.34 ^a
	BB	5	47±10	16	55±7	35	52±8	0.27 ^b
BT	5	42±4	16	40±3	35	38±7	0.46 ^b	

BK; bilişsel kısıtlama, DY; duygusal yeme, KY; kontrolsüz yeme, BB; beslenme bilgisi, BT; besin tercihi
a: One way ANOVA b: Kruskal Wallis, Post-hoc Test (Tukey)Testi, *p<0.05.

	Ölçek	Vitamin Tüketim Miktarları						p
		Alt boyutları	Yetersiz	Yeterli	Fazla			
		n	$\bar{X} \pm SS$	n	$\bar{X} \pm SS$	n	$\bar{X} \pm SS$	
A VİT.	BK	1	22±0	15	47±19	40	46±22	0.53 ^a
	DY	1	56±0	15	43±27	40	27±28	0.12 ^a
	KY	1	48±0	15	38±23	40	26±21	0.16 ^a
	BB	1	47±0	15	52±8	40	52±8	0.53 ^b
	BT	1	39±0	15	41±4	40	38±7	0.48 ^b
B1 VİT.	BK	11	41±18	27	44±22	18	52±21	0.32 ^a
	DY	11	43±31	27	26±25	18	33±30	0.23 ^a
	KY	11	43±27	27	24±18	18	31±22	0.05^{a*}
	BB	11	51±10	27	53±8	18	52±8	0.56 ^b
	BT	11	41±4	27	40±4	18	37±8	0.47 ^b
B2 VİT.	BK	2	39±24	1	61±0	53	46±21	0.69 ^a
	DY	2	47±12	1	33±0	53	31±29	0.74 ^a
	KY	2	46±3	1	41±0	53	29±23	0.51 ^a
	BB	2	50±4	1	55±0	53	52±8	0.68
	BT	2	39±1	1	40±0	53	39±6	0.88
B6 VİT.	BK	3	26±3	14	43±15	39	48±23	0.18 ^a
	DY	3	56±44	14	31±23	39	30±29	0.33 ^a
	KY	3	52±43	14	36±19	39	26±21	0.07 ^a
	BB	3	54±12	14	51±7	39	53±8	0.94 ^b
	BT	3	44±4	14	41±3	39	38±7	0.09 ^b
B12 VİT.	BK	2	39±8	18	37±21	36	50±20	0.08 ^a
	DY	2	11±0	18	42±33	36	28±26	0.14 ^a
	KY	2	20±13	18	36±28	36	27±19	0.33 ^a
	BB	2	56±3	18	51±11	36	53±7	0.63 ^b
	BT	2	41±4	18	38±8	36	40±5	0.75 ^b
C VİT.	BK	11	41±17	13	46±17	32	47±24	0.68 ^a
	DY	11	38±30	13	33±24	32	29±30	0.66 ^a
	KY	11	34±28	13	26±19	32	30±22	0.72 ^a
	BB	11	55±7	13	48±8	32	53±8	0.14 ^b
	BT	11	42±4	13	39±5	32	38±7	0.25 ^b
D VİT.	BK	52	47±21	4	35±3			0.01^{a*}
	DY	52	31±28	4	46±30			0.30 ^a
	KY	52	29±22	4	44±26			0.17 ^a
	BB	52	52±8	4	60±4			0.02^{b*}
	BT	52	39±6	4	42±2			0.17 ^b
E VİT.	BK	13	47±18	31	45±20	12	48±27	0.91 ^a
	DY	13	41±30	31	30±27	12	27±32	0.43 ^a
	KY	13	38±26	31	29±19	12	24±24	0.26 ^a
	BB	13	52±8	31	52±8	12	54±10	0.43 ^b

BT	13	41±3	31	40±5	12	36±9	0.34 ^b
----	----	------	----	------	----	------	-------------------

Tablo 7. Annelerin TFEQ-Tr21 alt faktörleri ve YETBİD puanlarının çocukların vitamin tüketimlerinin yeterlilik düzeyleri ile karşılaştırılması

BK; bilişsel kısıtlama, DY; duygusal yeme, KY; kontrolsüz yeme, BB; beslenme bilgisi, BT; besin tercihi

a: One way ANOVA, b: Kruskal Wallis, Post-hoc Test (Tukey) Testi, *p<0.05.

Tablo 8. Annelerin TFEQ-Tr21 alt faktörleri ve YETBİD puanlarının çocukların mineral tüketimlerinin yeterlilik düzeyleri ile karşılaştırılması

	Ölçek Alt boyutları	Mineral Tüketim Miktarları				Fazla n	Fazla X̄ ±SS	p
		Yetersiz n	Yetersiz X̄ ±SS	Yeterli n	Yeterli X̄ ±SS			
FOLAT	BK	11	40±15	31	43±20	14	56±25	0.09 ^a
	DY	11	47±28	31	30±29	14	24±24	0.12 ^a
	KY	11	41±24	31	28±23	14	25±15	0.14 ^a
	BB	11	50±10	31	53±8	14	53±8	0.44 ^b
	BT	11	41±4	31	39±7	14	37±5	0.13 ^b
SODYUM	BK	2	42±20	16	44±23	38	47±21	0.88 ^a
	DY	2	69±43	16	28±24	38	31±29	0.15 ^a
	KY	2	70±37	16	24±18	38	31±21	0.02^{a*}
	BB	2	60±11	16	53±6	38	52±9	0.48 ^b
	BT	2	42±5	16	40±4	38	39±7	0.80 ^b
POTASYUM	BK	46	45±20	10	52±25			0.33 ^a
	DY	46	29±26	10	44±35			0.12 ^a
	KY	46	29±21	10	35±27			0.45 ^a
	BB	46	52±8	10	52±11			0.90 ^b
	BT	46	40±4	10	34±10			0.01^{b*}
KALSİYUM	BK	23	43±20	31	49±22	2	33±0	0.36 ^a
	DY	23	30±29	31	32±27	2	42±59	0.85 ^a
	KY	23	31±23	31	28±22	2	37±37	0.80 ^a
	BB	23	52±8	31	52±9	2	60±8	0.42 ^b
	BT	23	40±4	31	38±7	2	42±3	0.30 ^b
MAGNEZYUM	BK	15	39±18	37	47±20	4	64±27	0.10 ^a
	DY	15	36±30	37	28±28	4	54±18	0.17 ^a
	KY	15	39±25	37	26±21	4	35±9	0.12 ^a
	BB	15	52±9	37	53±8	4	49±2	0.24 ^b
	BT	15	41±4	37	39±6	4	32±3	0.01^{b*}
FOSFOR	BK			3	43±20	53	46±21	0.78 ^a
	DY			3	31±25	53	32±29	0.98 ^a
	KY			3	32±22	53	30±22	0.86 ^a
	BB			3	47±8	53	53±8	0.20 ^b
	BT			3	37±4	53	39±6	0.40 ^b
DEMİR	BK	28	43±20	28	49±22			0.28 ^a
	DY	28	34±28	28	30±30			0.60 ^a
	KY	28	33±24	28	27±21			0.30 ^a
	BB	28	53±9	28	52±8			0.42 ^b
	BT	28	40±4	28	38±7			0.18 ^b
ÇİNKO	BK	19	39±20	37	49±21			0.08 ^a
	DY	19	36±30	37	29±28			0.40 ^a
	KY	19	34±24	37	28±21			0.34 ^a
	BB	19	52±8	37	52±8			0.77 ^b
	BT	19	39±4	37	39±7			0.72 ^b

BK; bilişsel kısıtlama, DY; duygusal yeme, KY; kontrolsüz yeme
BB; besin bilgisi, BT; besin tercihi

a: One way ANOVA, b: Kruskal Wallis, Post-hoc Test (Tukey) Testi, *p<0.05.

Çalışmamızda ise annelerin YETBİD BT puanı ile çocuklarının karbonhidrat alımı, B6 vitamini, potasyum, magnezyum, demir minerali ve omega-6 alımları arasında negatif yönde, protein alımları arasında pozitif yönde istatistiksel anlamlılık saptanmıştır (p<0.05) (Tablo 9).

Tablo 9. Annelerin TFEQ-Tr21 alt faktörleri ve YETBİD puanlarının çocukların besin ögesi tüketim miktarları ile korelasyonu

Besin Öğeleri		TFEQ-Tr21 Alt Faktörleri			YETBİD	
		BK	DY	KY	YETBİD BB	YETBİD BT
Protein	r ^a	.132	-.069	-.137	.173	-.027
	p	.332	.614	.315	.203	.841
Yağ	r ^a	.131	.035	-.038	.064	-.157
	p	.334	.800	.782	.640	.249
CHO	r ^a	.141	.124	.001	-.161	-.358**
	p	.300	.362	.993	.236	.007
Lif	r ^a	.247	-.157	-.250	-.076	-.202
	p	.067	.248	.064	.577	.135
A Vitamini	r ^b	.122	-.364**	-.343**	.063	.014
	p	.370	.006	.010	.644	.916
E Vitamini	r ^a	.060	-.049	-.131	.025	-.314*
	p	.659	.718	.335	.853	.018
B1 Vitamini	r ^b	.094	-.001	.013	-.027	-.155
	p	.492	.996	.922	.841	.253
B2 Vitamini	r ^a	.100	.020	-.087	.058	-.178
	p	.462	.885	.522	.673	.189
B6 Vitamini	r ^b	.128	.086	-.029	-.062	-.419**
	p	.346	.527	.831	.652	.001
Folat	r ^a	.254	-.203	-.218	.030	-.226
	p	.059	.133	.107	.823	.094
C Vitamini	r ^a	.249	-.127	-.131	.064	-.210
	p	.064	.350	.336	.641	.120
Sodyum	r ^b	.162	-.027	-.091	-.148	-.151
	p	.232	.843	.507	.277	.266
B12 Vitamini	r ^b	.068	.031	.087	-.001	-.024
	p	.619	.820	.525	.992	.862
Potasyum	r ^a	.236	.002	-.159	.002	-.323*
	p	.079	.987	.243	.988	.015
Kalsiyum	r ^a	.181	-.015	-.106	.090	-.129
	p	.182	.910	.436	.511	.344
Magnezyum	r ^a	.230	-.021	-.149	.010	-.273*
	p	.088	.876	.272	.939	.042
Fosfor	r ^a	.186	-.063	-.167	.161	-.079
	p	.170	.644	.219	.236	.564
Demir	r ^a	.131	-.093	-.126	-.081	-.320*
	p	.338	.495	.354	.552	.016
Çinko	r ^a	.137	-.170	-.179	.061	-.014
	p	.313	.211	.187	.656	.919
Omega-3	r ^b	.170	.094	-.014	.060	-.245
	p	.211	.493	.919	.660	.068
Omega-6	r ^a	-.056	.094	.003	-.035	-.302*
	p	.681	.492	.985	.799	.024
D Vitamini	r ^b	.000	.024	.016	.130	.213
	p	.999	.863	.908	.339	.115

BK; bilişsel kısıtlama, DY; duygusal yeme, KY; kontrolsüz yeme
BB; besin bilgisi, BT; besin Tercihi
a:pearsons correlation test b: spearman's rho test

TARTIŞMA

Çocuğun ekolojik çevresi, toplum, medya ve yemek seçeneklerinden etkilenilen aile ve akranlarını içerir. Ebeveynler, çocuklarına yemek, yemek ortamı ve deneyimleri sağlar. Buna bağlı olarak çocuklar kendilerine, ebeveynlerinin yeme davranışlarını, yaşam tarzlarını, yemeye ilgili tutumlarını model alır (Scaglioni ve ark.,2018). Ebeveynlerde, çocuklarının beslenme alışkanlıklarının şekillenmesindeki uygulamaları sırasında kendi değerlerini, beklentilerini ve hedeflerini doğrudan ya da dolaylı olarak çocuklara yansıtır. Bu ise çocuğun beslenme tercihlerini, enerji alımını, gıda ile ilişkisini ve vücut ağırlığını etkiler (Hoffmann ve ark., 2018). Çocuk ve ergenlerin sağlık davranışlarında aile ortamının önemi vurgulanmaktadır (Scaglioni ve ark., 2018). Aile bireylerinin tüketmiş olduğu besinler, besinlerin çeşidi ve miktarları, onlar fark etmeden çocuklar için örnek teşkil etmektedir (Yıldız, Fidancı, & Suluhan, 2015). Özellikle ebeveynlerin okul çağındaki çocukların yeme davranışlarının düzenlenmesi ve gelişmesinde önemli rol model oldukları gözlemlenmiştir (Kıran, 2014). Yeme davranışı, içsel, çevresel ve sosyal durumlardan etkilenen, bireylere ve çevreye etkileri olan karmaşık bir süreçtir (Tolga, Isakova, & Cemal, 2020). Bu bağlamda mevcut çalışmada, annelerin yeme davranışlarının (bilişsel kısıtlama, duygusal yeme ve kontrolsüz yeme) ve beslenme bilgi düzeylerinin, çocuklarının enerji ve besin ögesi alımları üzerindeki etkilerinin araştırılması amacıyla yürütülmüştür. Çalışmamızda üç faktörlü yeme ölçeği (TFEQ-Tr21) ile annelerin duygusal yeme (DY), bilişsel kısıtlama (BK) ve kontrolsüz yeme (KY) davranışları sorgulanmıştır. Annelerin BK puanı 45.8±20.8, DY puanı 21.74±28.44, KY puanı ise 29.9±22.2'tür (Tablo 2). Annelerin bilişsel kısıtlama puanlarının duygusal yeme ve kontrolsüz yeme puanlarına göre yüksek olduğu görülmüştür.

Bilişsel kısıtlama davranışı bireylerin, enerji ve makro besin ögesi tüketim miktarlarını da etkilemektedir. Kısıtlayıcı davranışı olan bireylerin ise dışarıdan yemek için zorlanmadıkları sürece herhangi bir şekilde kısıtlama üzerindeki kontrollerinin bozulmadığı ve daha az enerji alma eğiliminde oldukları bildirilmektedir. Bu davranışı gösteren bireyler özellikle yağ ve karbonhidratı az tüketmektedirler (Anschutz, Van Strien, & Van De Ven, Engels, 2009). Çocuklar ebeveynlerin özellikle annelerin yapmış olduğu besinleri yemekle sınırlı kaldıkları için, annelerin besinleri sunma şekli, çocukların besinleri sevip sevmeme durumunu etkileyebilmektedir (Merve, 2019). Yapılan bir çalışmada annelerin büyük bir kısmı çocuklarının sağlıklı ve doğru besin tercih etmesinde kendilerini sorumlu gördüklerini ve çocuklarının tükettiği tüm besinlerden haberdar olmak istediklerini belirtirken; annelerin yarından fazlası çocuklarının kilolu olmasından endişe duyduklarını belirtmişlerdir (Lloyd-Williams, Bristow, Capewell, & Mwatsama, 2011). Yapılan başka bir çalışmada ise annelerin bir kısmının, çocukların beslenmesini kontrol etmek için çocuklarına yemek yeme baskısı ve kısıtlama davranışı uyguladıkları görülmüştür (Schmidt et al., 2017).

Anneler ve çocukları üzerinde duygusal yeme, bilişsel kısıtlama ve kontrolsüz yeme davranışlarını değerlendirmek için yapılan çalışmada, kız çocuklarındaki bilişsel kısıtlama davranışının annelerdeki kontrolsüz yeme davranışları ile bağlantılı olduğu, bilişsel kısıtlama davranışı ile bağlantılı olmadığı, kız çocuklarının duygusal yeme ve kontrolsüz yeme davranışlarının annelerinin bu davranışları ile ilişkili olduğu saptanmıştır (De Lauzon-Guillain ve ark., 2009). Çocukların ebeveynlerinin yeme davranışlarından etkilendiği bilgisinden yola çıkarak annelerin TFEQ-Tr21 puanları ile çocuklarının beslenme alışkanlıkları ve vücut ağırlıkları hakkındaki düşünceleri karşılaştırılmıştır. Buna göre; annenin bilişsel kısıtlama, duygusal yeme ve kontrolsüz yeme davranışlarını ile çocuklarının vücut ağırlığı memnuniyeti, abur cubur tüketimi ve yemek yemesi için ısrar edilmesi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir (Tablo 3).

Beslenme bilgisi; bireylerin, ailelerin ve toplumların beslenme ile ilgili durumlarını ve alışkanlıklarını etkileyen en önemli etkenlerden birisidir (Batmaz, 2018). Annenin beslenme bilgisi çocuklar için evde hazırlanan besinlerin miktarı ve çeşidini dahası çocuğun beslenme durumunu etkilemektedir (Ulu, 2019). Yapılan bir çalışmada annelerin sahip olduğu doğru beslenme davranışı, bilgisi ve uygulamalarının çocukların beslenmesi için çok önemli olduğu

bildirilmiş ve ebeveynlere verilen beslenme eğitiminin okul çağı çocuklarının beslenme durumunu iyileştirdiği gösterilmiştir (Angeles-Agdeppa ve ark., 2019). Bunu destekler şekilde yetersiz beslenme bilgisinin, çocuklarda beslenmeye bağlı sağlık sorunlarının nedenlerinden biri olduğu, özellikle annenin beslenme bilgi düzeyinin doğru beslenme alışkanlıkları kazandırması ile ilişkili olduğu vurgulanmaktadır (Ulu, 2019). Çalışmamızda annelerin temel beslenme bilgi düzeyleri ve besin tercihlerini YETBİD anketi ile değerlendirilmiştir. Annelerin YETBİD BB puanı 52.3 ± 8.1 , YETBİD BT puanı ise 39.0 ± 5.9 'tür (Tablo 4). YETBİD besin tercihi anketinde iyi ve çok iyi puan alan annelerin sayısı, beslenme bilgi düzeyi anketinde iyi ve çok iyi puan alan annelerin sayısından yüksek çıkmıştır (Tablo 5). Bu sonuç bize annelerin besin tercihi bilgilerinin, beslenme bilgilerine kıyasla daha yüksek olduğunu göstermektedir. Annelerin beslenme bilgi düzeylerinin ise orta düzeyde olduğu görülmüştür. Sosyo-demografik verilerin, özellikle annelerin eğitim seviyesi ile kaliteli gıda alımı arasında ilişki olduğuna dair kanıtlar vardır (De Sousa Maranhão, De Aguiar, De Lira, Sales, & Do Nascimento Nóbrega, 2018). Çalışmamızda ise annelerin eğitim seviyeleri ile eğitim seviyesi ile bilgi düzeyleri arasında ise istatistiksel bir ilişki saptanmamıştır.

Ev ortamı çocukların beslenmesinde son derece önemlidir, çünkü ebeveynler besin bulunabilirliği ve ulaşılabilirliğini kontrol edebilmekte, aile yemeklerinde ise sağlıklı beslenme davranışları ile rol model olmaktadır. Sosyal aile besin ortamı çocuklarda sağlıklı yeme alışkanlıklarının gelişmesi için hayati önem taşır bununla birlikte sosyal aile besin ortamının ölçülmesinde sıklıkla kullanılan ölçüt ebeveyn besin alışkanlıklarıdır, ebeveynlerin besin alımının çocuklarının besin alımları ile uyumlu olduğu görülmüştür (Vepsäläinen ve ark., 2018). Çalışmamızın son aşamasında annelerin yeme davranışları (BY, DY ve KY puanları) ve beslenme bilgi puanları (YETBİD BT, BB) ile çocukların enerji, makro ve mikro besin ögesi alımları karşılaştırılmıştır (Tablo 6,7,8). Buna göre YETBİD BT puanı yüksek olan annelerin çocuklarının protein alımlarının daha fazla olduğu görülmüştür ($p < 0.05$). Bilişsel kısıtlama puanı yüksek olan annelerin çocuklarının lif alımlarının daha yüksek olduğu görülmüştür ($p < 0.05$), bununla birlikte karbonhidrat tüketimlerinin yeterli olduğu saptanmıştır ($p < 0.05$). Duygusal yeme ve kontrolsüz yeme puanları düşük olan annelerin çocuklarının omega-3 alımlarının daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir ($p < 0.05$).

Göbel ve arkadaşları ebeveynlere verilen eğitim sonrasında çocukların besin tüketimlerinde olumlu değişikliklerin olduğunu, eğitim sonrasında çocukların özellikle C vitamini, posa, kalsiyum ve demir alımlarının arttığını bildirmişlerdir (Göbel, 2016). Annenin beslenme bilgi düzeyi ile çocukların besin ögesi alım miktarlarının karşılaştırıldığı bir çalışmada beslenme bilgi düzeyi yüksek olan annelerin çocuklarının, beslenme bilgi düzeyi düşük olan annelerin çocuklarına kıyasla enerji, protein ve posa alım miktarlarının daha fazla olduğu belirtilmiştir (Ulu, 2019). Çalışmamızda ise annelerin YETBİD BT puanı ile çocuklarının karbonhidrat alımı, B6 vitamini, potasyum, magnezyum, demir minerali ve omega-6 alımları arasında negatif yönde, protein alımları arasında pozitif yönde istatistiksel anlamlılık saptanmıştır ($p < 0.05$) (Tablo 9). Bu farklılık çocuğun besin tercihlerindeki seçici yaklaşımlar gibi pek çok etmenden kaynaklanıyor olabilir. Bununla birlikte çocukluk çağında beslenmenin büyüme ve gelişme üzerine etkisinden dolayı besin tercih puanı yüksek olan annelerin proteinden zengin besinlere daha fazla önem verdiği düşünülmüştür.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Literatürde annelerin yeme davranışlarının çocuklarının besin alımlarına olan ilişkisini inceleyen çalışmalar oldukça kısıtlıdır. Bu amaçla yürütmüş olduğumuz çalışmada katılımcı anneler arasında bilişsel kısıtlamanın yüksek olduğu görülmüştür. Bununla birlikte annelerin yeme davranışları (bilişsel kısıtlama, duygusal ve kontrolsüz yeme) ile çocukların besin öğelerini yeterli ya da yetersiz tüketmeleri arasında genel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Ancak bilişsel kısıtlama puanı yüksek olan annelerin çocuklarının lif alımlarının daha yüksek olduğu görülmüştür ($p < 0.05$). Annelerin YETBİD BT puanı ile çocuklarının karbonhidrat alımı, B6 vitamini, potasyum, magnezyum, demir minerali ve omega-6 alımları arasında negatif yönde, protein alımları arasında pozitif yönde istatistiksel anlamlılık saptanmıştır ($p < 0.05$). Bu sonuç

annelerin büyüme ve gelişme çağında olan çocuklarının beslenmesinde en fazla dikkat ettikleri besin ögesinin protein olduğu şeklinde yorumlanmıştır. Çocukların yeni sosyalleşmeye başladığı bu dönemde beslenme alışkanlıkları pek çok parametreden etkilenebilir. Bu bağlamda okul, aile ve arkadaş çevresini kapsayan geniş katılımlı çalışmaların artırılması önemlidir.

YAZAR KATKI ORANI

Fikir ve tasarım; PÇU, SAÖ, Problem tanımı; PÇU, SAÖ, Veri toplama; PÇU, Veri analizi; PÇU, SAÖ, Makalenin yazımı; PÇU, SAÖ, Son okuma; PÇU, SAÖ.

ÇIKAR ÇATIŞMASI

Yazarlarla diğer kişi ya da kurumlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

KAYNAKLAR

Aksoy, G., & Garipağaoğlu, M. (2021). *1-2 Yaş Dönemi Çocuk ve Anne Beslenmesi Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi Evaluation the Relationship Between Nutrition of The Child Aged Between 1-2 Years and Mother*. 3–16.

Angeles-Agdeppa, I., Monville-Oro, E., Gonsalves, J. F., & Capanzana, M. V. (2019). Integrated school based nutrition programme improved the knowledge of mother and school children. *Maternal and Child Nutrition*, 15(S3), 1–9. <https://doi.org/10.1111/mcn.12794>

Anschutz, D. J., Van Strien, T., Van De Ven, M. O. M., & Engels, R. C. M. E. (2009). Eating styles and energy intake in young women. *Appetite*, 53(1), 119–122.

Batmaz, H. (2018). Yetişkinler için beslenme bilgi düzeyi ölçęği geliştirilmesi ve geçerlik-güvenirlik çalışması. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Marmara Üniversitesi, İstanbul.

De Lauzon-Guillain, B., Romon, M., Musher-Eizenman, D., Heude, B., Basdevant, A., Charles, M. A., & Fleurbaix-Laventie Ville Santé Study Group. (2009). Cognitive restraint, uncontrolled eating and emotional eating: correlations between parent and adolescent. *Maternal & child nutrition*, 5(2), 171-178.

De Sousa Maranhão, H., De Aguiar, R. C., De Lira, D. T. J., Sales, M. Ú. F., & Do Nascimento Nóbrega, N. Á. (2018). Feeding difficulties in preschool children, previous feeding practices, and nutritional status. *Revista Paulista de Pediatria*, 36(1), 45–51. <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2018;36;1;00004>

Göbel, P. (2016). *Ebeveynlere verilen beslenme eğitiminin çocukların besin seçimine etkileri*.

Hoffmann, D. A., Marx, J. M., Burmeister, J. M., & Musher-Eizenman, D. R. (2018). Friday night is pizza night: A comparison of children's dietary intake and maternal perceptions and feeding goals on weekdays and weekends. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph15040720>

İslamoğlu, A. H., Garipağaoğlu, M., İlkaç, H. Y., & Güneş, F. E. (2019). Postmenopozal Yaşlıların Beslenme Durumunun Değerlendirilmesi. *Geriatik Bilimler Dergisi*, 2(1), 20-26.

Karakaş, H., Törnük, F. (2016). Geleneksel gıdaların okul çağı çocuklarının beslenmesindeki rolü üzerine bir araştırma. *Fen Bilimleri Dergisi (CFD)*, 37(3).

Karakuş, S. Ş., Yıldırım, H., & Büyüköztürk, Ş. (2016). Üç faktörlü yeme ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 15(3), 229–237.

Kıran, M. (2014). *İlköğretim öğrencilerinin diyet kalitesi ve tabak artıklarının saptanması*. Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Lloyd-Williams, F., Bristow, K., Capewell, S., & Mwatsama, M. (2011). Young children's food in Liverpool day-care settings: a qualitative study of pre-school nutrition policy and practice. *Public Health Nutrition*, 14(10), 1858–1866.

Merve, E. (2019). *Sağlıklı Beslenme Alışkanlığı Kazandırılması Projesi Kapsamında İlkokul Öğrencilerinin Ebeveynlerine Verilen Beslenme Eğitiminin, Çocukların Beslenme Alışkanlıkları Üzerine Etkileri*.

Quah, P. L., Syuhada, G., Fries, L. R., Chan, M. J., Lim, H. X., Toh, J. Y., ... Chong, M. F. F. (2018). Maternal feeding practices in relation to dietary intakes and BMI in 5 year-olds in a multi-ethnic Asian population. *PLoS ONE*, 13(9), 1–16. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0203045>

Scaglioni, S., De Cosmi, V., Ciappolino, V., Parazzini, F., Brambilla, P., & Agostoni, C. (2018). Factors

influencing children's eating behaviours. *Nutrients*, 10(6), 1–17. <https://doi.org/10.3390/nu10060706>

Schmidt, R., Richter, R., Brauhardt, A., Hiemisch, A., Kiess, W., & Hilbert, A. (2017). Parental feeding practices in families with children aged 2–13 years: Psychometric properties and child age-specific norms of the German version of the Child Feeding Questionnaire (CFQ). *Appetite*, 109, 154–164.

Tolga, Gök., Isakova, D., & Cemal, İnce. (2020). Aile Yemekleri, Yeme Davranışları ve Fast-Food Tüketim Sıklığı İlişkisi: KTMU Örneği. *Journal of Hospitality and Tourism Issues*, 2(2), 216-232

Ulu, B. (2019). *Annenin beslenme bilgi düzeyi ile çocukların beslenme durumu ve beden adipoz indeksi arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi.

Vepsäläinen, H., Nevalainen, J., Fogelholm, M., Korkalo, L., Roos, E., Ray, C., & Erkkola, M. (2018). Like parent, like child? Dietary resemblance in families. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 15(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12966-018-0693-1>

Warkentin, S., Mais, L. A., Latorre, M. D. R. D. D. O., Carnell, S., & De Aguiar Carrazedotaddei, J. A. (2018). Relationships between parent feeding behaviors and parent and child characteristics in Brazilian preschoolers: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 18(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5593-4>

Yılmaz, G. (2020). Eating Behavior of Children and Feeding Attitudes of Mothers. *Eurasian Journal of Family Medicine*, 9(2), 109–116. <https://doi.org/10.33880/ejfm.2020090207>

Yıldız, D., Fidancı, B. E., & Suluhan, D. (2015). Çocukluk dönemi obezitesi ve önleme yaklaşımları. *TAF Prev Med Bull*, 14(4), 338–345.