



Araştırma/Research

Üniversite Öğrencilerinde Yeme Tutumu ve Yeme Tutumuyla İlişkili Faktörler

Safiye Özvurmaz¹, Aliye Mandıracıoğlu², Emel Lüleci³

¹ Adnan Menderes Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi,

²Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı,

³Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı,

Özet

Amaç: Bu araştırma üniversite öğrencilerinde yeme tutumu ve yeme tutumuyla ilişkili faktörleri belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Kesitsel tipte araştırmadır. Araştırmaya 431 üniversite öğrencisi katılmıştır. Anket formu rastgele seçilen sınıflarda gözlem altında uygulanmıştır. Anket formu sosyo-demografik özellikler ve yeme tutumu testi (YTT-40) sorularını içermektedir. Verilerin değerlendirmesinde, tanımlayıcı istatistikler, Mann-Whitney U testi, *Kruskal Wallis varyans analizi* testi kullanılmıştır

Bulgular: Öğrencilerin %84.9' u kız, yaş ortalaması 21.31±1.73 olarak hesaplanmıştır. YTT-40 puan ortalaması 27.98±12.98'dir. YTT puanı; kız, annesi çalışan, çekirdek aile tipine sahip, babası üniversite mezunu olan, alkol tüketen öğrencilerde yüksek bulunmuştur. Vücut kitle indeksi, düzenli spor yapıp yapmama ve sigara içip içmeme ile yeme tutumu arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Sonuç: Yeme bozukluğuyla ilişkili sosyodemografik etkenlere ve durumun giderilmesine yönelik mezuniyet öncesi süreçte çalışmalar yapılmalıdır.

Anahtar kelimeler: üniversite öğrencileri, yeme tutumu, beslenme,

Yazışmadan Sorumlu Yazar

Safiye Özvurmaz

Adnan Menderes Üniversitesi Hemşirelik
Fakültesi,

Tel : +90 537 474 6531

Email: sozvurmaz@hotmail.com

DOI: 10.30569/adiyamansaglik. 423020

Geliş Tarihi: 11.05.2018

Kabul Tarihi: 28.05.2018

The Eating Attitude and The Factors Affecting the Eating Attitude in University Students.

Abstract

Aim: This study was conducted so as to determine the eating attitude and the factors associated with eating attitude in university students.

Method: This study is a cross-sectional study. 431 university students participated in the study. The questionnaire was applied in randomly selected classes under observation. The questionnaire contains socio-demographic characteristics and the items of eating attitude test (EAT-40). In the evaluation of the data, descriptive statistics, Mann-Whitney U test, Kruskal Wallis variance analysis test were used.

Results: 84.9% of the students are female and the average age is 21.31 ± 1.73 . The mean score obtained from EAT-40 is 27.98 ± 12.98 . It was found that the EAT score was high in the students who are female, have nuclear families, drink alcohol and whose mothers work and whose fathers graduated from a university. No significant difference was found between the body mass index, doing regular sports, smoking, and eating attitude.

Conclusion: Studies should be carried out; for the socio-demographic factors associated with the eating disorders and for removing these disorders before the graduation.

Key Words: university students, eating attitude, nutrition,

Giriş

Yeme bozukluğu kavramı içerisinde; aşırı yemek yeme, yemek yemeyi reddetme, bireyin vejetaryen olması veya bazı psikolojik nedenlerden ötürü yemek yemeyi kısıtlaması, yemek olmayan maddelerin yenilmesi, yenen yemeğin hemen sindirilmeden atılması veya karşı konulamaz gece yemek yeme davranışları sayılabilir. Yeme tutumlarının psikososyal faktörlerden etkilendiği belirtilmektedir. Toplumun bedenle ilgili normlarının yeme bozukluklarının etiolojisinde önem taşıdığı vurgulanmaktadır. İnce bir bedene sahip olmanın güzellik ve hatta başarı için gerekli koşul olduğu konusundaki kültürel baskılar, yeme bozukluğu için risk oluşturabilmektedir (1-3).

Üniversite öğrencileri genelde, ergenliğin bitip yetişkinliğe geçiş dönemi olan 19-25 yaş arasındadırlar. Bu gençlik dönemi, beslenme ile ilgili davranışlar yönünden risklidir. Aileden bağımsız olarak arkadaşlarından ve diğer faktörlerden etkilenecek yemek yeme alışkanlıkları değişebilir. Gençler arkadaşlarından beden imajı konusunda da etkilenmektedir. Medyanın da gençler üzerindeki etkileri yadsınamaz. Medyada bir yandan sağlıksız besinlerin reklamları yapılarak obezitenin yaygınlaşmasına katkı sağlanırken diğer yandan kilo vermeye ilişkin endüstrinin reklamları güzellik ve estetiği ön plana çıkaran görseller ile gençlerin kafasını karıştırmaktadır. Medya yeme alışkanlıklarında güçlü bir rol almaktadırlar. Aynı zamana beden görüntüsü konusunda gençlerin görüşlerini etkileyebilecek mesajlar medyada yer almaktadır. Sosyal pazarlama yöntemleri hem besin tüketimini hem de diğer beden imajı ile ilgili metaların tüketimini yönlendirebilmektedir (4,5).

Hemşireler meslek yaşamlarında hasta ve toplum eğitimlerinde görev almakta ve toplum için rol model olmaktadır. Bu nedenle hemşirelerin lisans döneminde sağlıklı yeme tutumu kazanması ve bu açıdan da durumlarının saptanması önemlidir.

Bu araştırma Adnan Menderes Üniversitesi hemşirelik öğrencilerinde yeme tutumu ve yeme tutumuyla ilişkili faktörleri belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Gereç- Yöntem

Bu kesitsel tipte araştırma Şubat-Nisan 2017’de gerçekleştirilmiştir. Adnan Menderes Üniversitesi Hemşirelik Fakültesine devam eden gönüllü 431 öğrenci katılmıştır. Anket formu sınıflarda gözlem altında öz-bildirim yöntemi ile uygulanmıştır. Anket formu sosyo-demografik özellikler ve yeme tutumu testi (YTT-40) sorularını içermektedir. Yeme tutumu testi (YTT-40) Garner ve Garfinkel (1979) tarafından geliştirilmiş (6) ve geçerlik ve güvenilirlik çalışması Savaşır ve Erol (1989) tarafından yapılmıştır (7). Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı Savaşır ve Erol’un çalışmasında 0.70, bu çalışmada 0.80 bulunmuştur. Ölçek, yeme bozukluğu olan hastaların yanı sıra yeme tutumunun taranması ve değerlendirilmesi amacıyla da kullanılmaktadır. Ölçekte önermelere “daima”, “çok sık”, “sık sık”, “bazen”, “nadiren” veya “hiçbir zaman” yanıtlarından birini işaretlenmektedirler. Puan artışı yeme tutumlarındaki bozulmayı ifade etmektedir. Orijinal ölçekte kesme noktası 30 puan olarak belirlenmiştir. Verilerin değerlendirmesinde SPSS 18.0 bilgisayar programı kullanılarak, tanımlayıcı istatistikler, Mann-Whitney U testi, *Kruskal Wallis varyans analizi* testi gerçekleştirilmiştir.

Bulgular:

Öğrencilerin yaş ortalaması 21.31 ± 1.73 olup, %84.9’u kadın, %84.2’si çekirdek aile yapısına sahip, %77.2’sinin annesi çalışmamaktadır. Babalarının %34.2’si annelerinin %46’sı ilkokul mezunudur. YTT-40 puan ortalaması 27.98 ± 12.98 , ortanca değeri 25, minimum değer 7, maximum değer 73’tür. YTT kesme puanına göre, 30’un altında puan alanlar yeme bozukluğu yok, 30 ve üstü puan alanlar yeme bozukluğu var olarak değerlendirildiğinde, 30 ve üzeri alanların oranı %34.2’dir. YTT puanı ile yaş ve YTT puanı ve BMI arasında ilişki

bulunmamıştır. YTT puan ortanca değeri; kız öğrencilerin 26 olup, erkek öğrencilerden (ortanca; 21) yüksek ($p=0.009$), annesi çalışan öğrencilerde (ortanca;27), annesi çalışmayan öğrencilerdekinden (ortanca;25) yüksek ($p=0.025$), çekirdek aile tipine sahip öğrencilerde (ortanca;25), geniş aile tipine sahip (ortanca;21) öğrencilerden yüksek ($p=0.025$) bulunmuştur. Babası üniversite mezunu olan öğrencilerde YTT puan ortanca değeri, okuryazar, ilkokul, ortaokul ve lise olanlardan yüksek bulunmuştur ($p=0.04$) (**Tablo 1**).

Tablo 1. Öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine göre yeme tutum değerleri

		N(%)	Ortanca	Min-Max	P
Cinsiyet	Kadın	365 (84,9)	26	7-73	0.009*
	Erkek	65 (15.1)	21	11-72	
Aile tipi	Çekirdek	362 (84.2)	25	7-73	0.025*
	Geniş	68 (15.8)	21	11-56	
Anne çalışıyor	Evet	98 (22.8)	27	9-61	0.025*
	Hayır	332 (77.2)	25	7-73	
Baba Eğitim Durumu	Okuryazar	27 (6.3)	25	18-31	0.04*
	İlkokul	147 (34.2)	27	11-72	
	Ortaokul	77 (17.9)	23	14-49	
	Lise	115 (26.7)	23	9-73	
	Üniversite	64 (14.9)	30	7-63	
Anne eğitim Durumu	Okuryazar	56 (13.0)	26	13-58	0.328
	İlkokul	198 (46.0)	25	7-73	
	Ortaokul	77 (17.9)	24	11-72	
	Lise	75(17.4)	23	9-59	
	Üniversite	24 (5.6)	30	12-54	

* $P<0.05$

Öğrencilerin %16'sı sürekli, %8.6'sı ara sıra sigara içmekte olduklarını, %12.6'sı düzenli, %27'si ara sıra alkol kullandıklarını ifade etmişlerdir. Beslenme eğitimi aldığını söyleyenler araştırmaya katılan öğrencilerin %51.4'ünü, eğitim almadığını söyleyenler %14.2'sini, kısmen eğitim aldığını söyleyenler ise %34.4'ünü oluşturmaktadır. Spor yapıp yapmadıkları sorusuna %35.3'ü hiç yapmadığını, %25.8'i ayda 1-2 saat yaptığını, %25,1'i haftada 1-2 saat, %12,1'i haftada en az 3 saat, %1,6'sı her gün düzenli spor yaptıklarını söylemişlerdir (**Tablo 2**).

Tablo 2. Öğrencilerin yaşam biçimlerine göre yeme tutum değerleri

		N(%)	Ortanca	Min-Max	P
Sigara İçme	Sigara içiyor	69 (16.0)	25	11-72	0.06*
	Sigara içmiyor	324 (75.3)	25	7-73	
	Bazen içiyor	37 (8.6)	33	13-71	
Alkol Kullanma	Alkol kullanıyor	54 (12,6)	32	13-72	0.002*
	Alkol kullanmıyor	260 (60,5)	25	7-73	
	Bazen kullanıyor	116 (27,0)	23	11-59	
Spor Yapma Durumu	Hiç spor yapmıyor	152 (35,3)	25	7-73	0.146
	Ayda 1-2 saat yapıyor	111 (25,8)	24	11-72	
	Haftada 1-2 saat yapıyor	108 (25,1)	24	9-61	
	Haftada en az 3 saat yapıyor	52 (12,1)	29	13-63	
	Her gün düzenli yapıyor	7 (1,6)	40,5	14-48	
Beslenme Eğitimi	Evet	221 (51.4)	27	7-65	0.002*
	Hayır	61 (14.2)	26	11-72	
	Kısmen	148 (34.4)	22	11-73	

Alkol içen öğrencilerde, içmeyen ve ara sıra içenlere göre yeme tutumu ölçeği ortanca değeri yüksek bulunmuştur ($p=0.002$). Beslenme eğitimi aldığını ve eğitim almadığını söyleyenlerde, yeme tutumu ölçeği ortanca değeri kısmen eğitim aldığını söyleyenlerden yüksek

bulunmuştur ($p=0.002$). Anne eğitim düzeyi, düzenli spor yapma ve sigara içme ile yeme tutumu arasında anlamlı fark bulunmamıştır (**Tablo 2**).

Tartışma

Bu araştırmada öğrencilerin yaklaşık üçte birinde yeme bozukluğu olduğu görülmüştür. Ülkemizde daha önce yapılan hemşirelik öğrencilerinin yer aldığı çalışmalarda farklı sonuçlar bildirilmektedir, en düşük %5.6 ve en yüksek %84.5 saptanmıştır (8-11). Çalışmada YTT puan ortalaması 27.98 ± 12.98 olarak saptanmıştır. Önceki çalışmalarda ise 15.66 ± 8.50 ve $26,5 \pm 14,0$ olarak bildirilmiştir (8,9). Üniversite gençliği genellikle ailesinden uzak, pek çok faktörün etkileyebileceği tercihlerle, sınırlı finansal kaynakları ile beslenmektedir. Hemşirelik öğrencileri bunların yanı sıra sağlık hizmetlerinin yoğun temposu içinde staj yapmakta ve nöbetlere kalmaktadır.

YTT puanı kız öğrencilerde daha yüksek saptanmıştır. Benzer sonuç 11 ülkeyi değerlendirmeye alan bir çalışmada da vurgulanmaktadır (12). Kız öğrencilerin erkeklere göre daha fazla sosyokültürel baskılara maruz kalarak medyadan, internetten yanlış beslenme bilgileri elde edilerek, aşırı diyet ve egzersiz yapma eğilimlerinin daha fazla olduğu görülmüştür (12,13).

YTT Puanı ile yaş arasında ilişki bulunmamıştır. Hemşirelik öğrencilerinin katılımı ile yapılan önceki bir çalışmada 21 yaş ve üzerindeki öğrencilerin olası yeme bozukluğu açısından risk altında olduğu belirtilmektedir (9).

YTT puanı ile bazı aile özellikleri (annesinin çalışması, çekirdek aile tipi, babası üniversite mezunu) ilişkili bulunmuştur. Bazı çalışmalar benzer şekilde baba eğitimi ve mesleğinin yeme tutumunu etkilediği bildirirken (10,11), anne baba özellikleri ile ilişki olmadığını belirtmektedir (8,14).

YTT puanı ve BMI arasında ilişki bulunmamıştır. Önceki çalışmalardan bir kısmında obez olanlara yeme bozukluğunun daha fazla olduğu saptanmasına karşın(8,11,14) bazı araştırmacılar ilişki bulamadıklarını bildirmiştir (15).

Bu çalışmada bazı sınırlılıklar bulunmaktadır. Çalışma sadece bir üniversitede hemşirelik öğrencilerinde gerçekleştirilmesi genellenebilirliğini sınırlandırmaktadır. Kesitsel çalışma olması nedenselliği açıklamasında kısıtlılık getirmektedir.

Sonuç

Kız öğrenciler, annesi çalışan öğrenciler, babası üniversite mezunu olan, alkol içen öğrenciler ve beslenme eğitimi alan öğrencilerde ortanca yeme tutum puanı yüksektir. Üniversite öğrencilerinin, yeme tutumlarının belirlenmesi ve yeme tutum ilişkin farkındalıklarının devam ettirilmesi için mezuniyet öncesi ve sonrası hem sosyal hem de bilimsel faaliyetler ile desteklenmeleri önerilebilir. Bir sağlık personeli olarak hemşirelerin topluma rol model olacağı göz önüne alınarak lisan eğitiminde de gerekli önlemlerin alınması gerekmektedir.

Kaynaklar

1. Rawana JS, Morgan AS, Nguyen H, Craig SG. The relation between eating- and weight-related disturbances and depression in adolescence: A review. *Clin Child Fam Psychol Rev* 2010;(13):213–230.
2. Thompson JK, Stice E. Thin-ideal internalization: Mounting evidence for a new risk factor for body-image disturbance and eating pathology. *Current directions in psychological science* 2001;10(5):181-183.
3. Jones RL, Glimmeyer N, McKenzie A. Slim bodies, eating disorders and the coach-athlete relationship: A tale of identity creation and disruption. *International review for the sociology of sport* 2005; 40(3): 377-391.
4. Derenne JL, Beresin V. Body image, media, and eating disorders. *Academic psychiatry* 2006; 30(3):257-261.
5. Thompson JK, Heinberg LJ. The media's influence on body image disturbance and eating disorders: We've reviled them, now can we rehabilitate them?. *Journal of social issues* 1999;55(2):339-353.
6. Garner D, Garfinkel P. The EAT: An index of the symptoms of anorexia. *Psychological Medicine* 1979: 273–279.
7. Savaşır I, Erol N. Yeme tutum testi: Anoreksiya nervoza belirtileri indeksi. *Psikoloji Dergisi* 1989; (7): 19-25.
8. Usta E, Sağlam E, Şen S, Aygin D, Sert H. Hemşirelik öğrencilerinin yeme tutumları ve obsesif-kompulsif belirtileri. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi* 2015; 2(2):187-197.
9. Duran S, Ergun S, Çalışkan T, Karadaş, A. Hemşirelik öğrencilerinin yeme tutumları ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki. *Sted* 2016; (25):6-12.
10. Arslantaş H, Adana F, Ögüt S, Ayakdaş D, Korkmaz A. Relationship between eating behaviors of nursing students and orthorexia nervosa (Obsession with healthy eating): A cross-sectional study. *Journal of Psychiatric Nursing* 2017;8(3):137-144.
11. Celik S, Ugur BA, Aykurt FA, Bektas M. Eating attitudes and related factors in Turkish nursing students. *Nursing and midwifery studies* 2015;4(2): 1-8.
12. Makino M, Tsuboi K, Dennerstein L. Prevalence of eating disorders: a comparison of Western and non-Western countries. *Medscape general medicine* 2004; 6(3):49.
13. Thompson JK, Stice E. Thin-ideal internalization: Mounting evidence for a new risk factor for body-image disturbance and eating pathology. *Current directions in psychological science* 2001; 10(5):181-183.
14. Balhara YPS, Yadav T, Arya K, Mathur S, Kataria DK. A cross-sectional study of body shape and eating attitude among Indian female healthcare students. *The International Journal of Psychiatry in Medicine* 2012;43(4):309-323.
15. Balhara YPS, Mathur S, Kataria DK. Body shape and eating attitudes among female nursing students in India. *East Asian Archives of Psychiatry* 2012; 22(2):70.