

## **Engelli Çocukların Ailelerinin Beslenme Bilgi ve Davranışlarının Belirlenmesi**

**Mine TURGUT, Esra BAYRAK, Muhammet BAŞ**

Fırat Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi Elazığ/TÜRKİYE

### **Özet**

Bu araştırma, engelli çocuk ailelerinin beslenme hakkındaki bilgi, tutum ve davranışlarını belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Bu araştırmanın evrenini Elazığ ili örneklemini ise Elazığ ilinde bulunan 3 özel eğitim okulu oluşturmaktadır. Verilerin elde edilmesinde dört bölümden oluşan anket formu kullanılmıştır. Birinci bölümde aileye yönelik kişisel bilgiler 11 madde, ikinci bölümde araştırmaya dahil edilen çocuğa yönelik kişisel bilgiler 5 madde, üçüncü bölümde günlük beslenmeye ait bilgiler 3 madde ve dördüncü bölümde çocuğun beslenme davranışlarına ilişkin bilgilere yönelik ölçekli 11 sorudan oluşmaktadır. Araştırma için 250 anket ailelere gönderilmiş ancak bunların 122 tanesi geri dönmüştür. Araştırmada verilerin analizinde SPSS 15 istatistik programı kullanılmış, anlamlılık düzeyi  $P < 0,05$  olarak alınmıştır. İstatistiksel analiz olarak araştırmaya dahil edilen çocukların ve ailelerin kişisel bilgilerinin ve günlük beslenme bilgilerine ilişkin frekans ve yüzde dağılımları gösterilmiştir. Diğer faktörlerle ölçekten alınan puan arasındaki farkların tespitinde ise “t testi” ve “tek yönlü varyans analizi”(anova testi) uygulanmıştır. Sonuç olarak araştırmaya katılan ailelerin çocuklarının beslenme davranışlarına ilişkin bilgilere yönelik ölçekten elde ettikleri puan ortalamalarının düşük olduğu görülmektedir. Bu da araştırmaya dahil edilen çocukların ailelerinin beslenmeye yönelik tutumlarının düşük olduğunu göstermektedir. Araştırma grubumuzu oluşturan bu özel grubun beslenme bilgilerine sahip olarak sağlıklı beslenmeleri hem kendi sağlıkları hem de gelecek kuşaklar açısından önemli olacaktır.

**Anahtar Sözcükler:** beslenme, davranış, özel eğitim

## **Determining the Nourishment Knowledge and Habits of the Disabled Children Families**

**Mine TURGUT, Esra BAYRAK, Muhammet BAŞ**

Fırat University of Physical Education and Sports Department, Elazığ /TURKEY

### **Abstract**

This research was prepared in order to determine the knowledge, attitudes and behaviors about nutrition of the families of disabled children. This research population constitute Elazığ city and the samples constitute 3 special education schools in the province of Elazığ. For the data acquisition was used the questionnaire which consists of four sections. The personal information for families consist of 11 items in the first part, the personal information of the children who are incorporated the research consist of 5 items in the second part, the information for the daily diet consist of 3 items in the third part and for the details related to the child's feeding behavior consist of 11 questions in the fourth part. 250 questionnaires were sent to families for research, but 122 of them were returned. SPSS 15 statistical program was used for the analysis of research data, the level of significance was taken as 0.05. As statistical analysis was shown the personal information's of families and children who are involved in research and the frequencies and percentage distributions related to the daily nutrition information. For the detection of the differences between the scores which are obtained from the scale and the other factors were applied "T test" and "one-way variance analysis" (anova test). Finally, it was observed that the average of the scores which obtained from the scale for the information's about feeding behaviors of the children who participated in the research is near to the lowest average which is obtained generally from the scale. This case suggests that the attitudes towards nutrition of the families and children who included in the research are low. Forming our research group of this particular group of healthy nutrition with nutritional information both in terms of their own health as well as future generations will be important.

**Key Words:** nutrition, behavior, special education

## Giriş

Her canlının yaşamını sürdürmesi için beslenmesi zorunludur. Beslenmenin fizyolojik olduğu kadar sosyolojik ve psikolojik bir olay olduğu da unutulmamalıdır (1). Beslenme; büyüme, gelişme, sağlıklı ve verimli olarak uzun süre yaşamak için gerekli olan enerji ve besin öğelerinden her birini yeterli miktarda sağlayacak olan besinleri besin değerini yitirmeden, sağlığı bozucu hale getirmeden en ekonomik şekilde almak ve kullanmaktır. Yaşamın her evresinde bedensel ve zihinsel yönden sağlıklı olmak ve sağlığı devam ettirmek yeterli ve dengeli beslenme ile mümkündür (2). Bu öğelerin her hangi birisi alınmadığında veya gereğinden az ya da çok alındığında, büyüme ve gelişmenin engellendiği, sağlığın bozulduğu bilimsel olarak ortaya konmuştur (3).

Ülke genelinde temel besinlerin tüketim düzeyi açısından aileler arasında geniş farklılıklar bulunmaktadır (4). Besin tüketim dengesizliği, eğitim, sağlık ve diğer sosyal haklardan yararlanmadaki eşitsizliklere bağlı olarak ülkemizde hem gelişmiş, hem de gelişmekte olan ülkelerin sorunları bir arada yer almaktadır. Sosyal eşitsizliklerin beslenmeye etkisi doğum öncesi dönemde başlar. İnsanın en önemli organı olan beyin ana rahminde ve doğumu izleyen ilk 2-3 yıl içerisinde gelişir. Doğum öncesi dönemde beyin gelişimini etkileyen besin öğelerinin başlıcaları; iyot, demir, çinko, folik asit, B-12, B-6, E ve A vitaminleri ve elzem yağ asitleridir. Kadınların gebelik öncesi ve sırasında bu besin öğelerini yeterince alamamaları çocuğun beyin özürlü olarak doğma riskini artırmaktadır (5).

Okula devam eden çocukların büyüme ve gelişimini etkileyen etmenler aynı zamanda sağlığının belirleyicisi rolünü de üstlenmektedirler. Çocuğun sağlıklı olması eğitim kurumunun verimini yükseltirken, eğitim kurumunda elde edilen bilgi ve beceri de sağlık düzeyinin yükseltmesini sağlamaktadır (6,7).

Beslenme alışkanlıklarındaki değişikliklerin farkında olmak ve bunların ekonomik, sosyodemografik faktörler ve sağlık ile olan ilişkilerini saptamak, beslenme alışkanlıklarının nedenlerini ve sonuçlarını anlamaya önemli ölçüde ışık tutmaktadır. Kuşkusuz bu da, insanların daha sağlıklı beslenmeleri için gereken değişikliklerin yapılabilmesi ve geliştirilebilmesi konusunda yardımcı olacaktır (8). Bu çalışmada, okula devam eden engelli çocuk anne-babalarının beslenme tutum ve davranışlarını saptayarak ortaya çıkarılması amaçlanmıştır.

## Materyal Metod

Bu araştırmanın evrenini, Elazığ ili örneklemini ise özel eğitim okulları oluşturmaktadır. Araştırmaya 122 kişi katılmıştır.

## Veri Toplama Aracı

Araştırmada engelli çocukların ailelerinin beslenme bilgi ve davranışlarının belirlenmesi amacıyla anket kullanılmıştır. Anket dört bölümden oluşmaktadır; birinci bölümde aileye yönelik kişisel bilgiler 11 madde, ikinci bölümde araştırmaya dahil edilen çocuğa yönelik kişisel bilgiler 5 madde, üçüncü bölümde günlük beslenmeye ait bilgiler 3 madde ve dördüncü bölümde çocuğun beslenme davranışlarına ilişkin bilgilere yönelik ölçekli 11 sorudan

oluşmaktadır. Araştırma için 250 anket ailelere gönderilmiş ancak bunların 122 tanesi geri dönmüştür.

Elde edilen veriler SPSS 15,0 istatistik programında analiz edilmiş ve verilerin istatistik geçerliliği için 0,05 anlamlılık düzeyi kabul edilmiştir. Ölçek, evet, hayır, kısmen, her gün, nadiren, haftada iki veya üç defa şeklinde derecelendirilmiştir.

### Verilerin Analizi

Araştırmaya dahil çocukların ailelerinin yaşı, eğitim durumu, mesleği ve aylık gelir düzeyi ile “araştırmaya dahil edilen çocuğun beslenme davranışlarına ilişkin bilgilere yönelik ölçekten ” alınan puanlar arasındaki farkı tespit etmek amacıyla “tek yönlü varyans analizi (anova testi)” kullanılmıştır. Cinsiyet değişkeni ile ölçekten alınan puanlar arasındaki farkı tespit etmek amacıyla ise “t- testi” kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık içinse 0,05 anlamlılık düzeyi seçilmiştir.

### Bulgular

**Tablo 1.** Araştırmaya dahil edilen çocukların ailelerinin kişisel bilgilerine ilişkin frekans ve yüzde dağılımları

Yaş	18-25	14	11,5
	26-30	12	9,8
	31-35	19	15,6
	36-40	18	14,8
	41-45	19	15,6
	50-üzeri	40	32,8
	Toplam	122	100,0
Cinsiyet	Kadın	93	76,2
	Erkek	29	23,8
	Toplam	122	100,0
Doğum Yeri	İl	51	41,8
	İlçe	30	24,6
	Köy	41	33,6
	Toplam	122	100,0
Kaç Çocuğunuz Var	1	25	20,5
	2	35	28,7
	3	36	29,5
	4	26	21,3
	Toplam	122	100,0
Kaçınıcı Çocuğunuz Engelli	1	55	45,1
	2	35	28,7
	3	17	13,9
	4 ve üzeri	15	12,3
	Toplam	122	100,0

Çocuğunuzun Durumu	Engel	Zihinse	72	59,0
		Fiziksel	18	14,8
		İşitsel	15	12,3
		Diğer	17	13,9
		Toplam	122	100,0
		İlköğretim	81	66,4
		Lise	24	19,7
		Üniversite	17	13,9
		Toplam	122	100,0
		Memur	6	4,9
		Emekli	16	13,1
		İşçi	11	9,0
		Ev Hanımı	89	73,0
		Toplam	122	100,0
Aylık Gelir Düzeyiniz		500-750	32	26,2
		750-1000	37	30,3
		1000-1500	24	19,7
		1500-2000	16	13,1
		2000 ve üzeri	13	10,7
		Toplam	122	100,0
Kilonuz		40-50	5	4,1
		51-60	24	19,7
		61-65	23	18,9
		66-70	17	13,9
		71-75	20	16,4
		76-80	15	12,3
		81-90	14	11,5
		91-100	4	3,3
		Toplam	122	100,0
Akraba Yaptınız	Evliliğimi	Evet	39	32,0
		Hayır	83	68,0
		Toplam	122	100,0

Tablo 1 incelendiğinde araştırmaya katılan ailelerden 40'ı (%32,8) 50 ve üzeri yaş, 93'ü (%76,2) kadın, 51'i (%41,8) doğum yerinin il, 36'sı (29,5) üç çocuğu olduğunu, 55'i (%45,1) ilk çocuklarının engelli olduğunu, 72'si (%59,0) çocuklarının zihinsel engelli olduğunu, 81'i (%66,4) eğitimlerinin ilköğretim olduğunu, 89'u (%73) mesleklerinin ev hanımı olduğunu, 37'si (%30,3) aylık gelir düzeylerinin 750-1000 arasında olduğunu, 24'ü (%19,7) kilolarının 51-60 arasında olduğunu, 83'ü (%68,0) akraba evliliği yapmadıklarını söylemişlerdir.

**Tablo 2.** Araştırmaya Dahil Edilen Çocukların Kişisel Bilgilerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Yaş	3-8	52	42,6
	9-10	5	4,1
	11-15	11	9,0
	16-20	14	11,5
	21-30	30	24,6
	30 ve üzeri	10	8,2
	Toplam	122	100,0
Cinsiyet	Kız	51	41,8
	Erkek	71	58,2
	Toplam	122	100,0
Kilosu	10-15	29	23,8
	16-20	20	16,4
	21-30	14	11,5
	31-40	6	4,9
	41-50	12	9,8
	51-60	14	11,5
	61-70	12	9,8
	71-80	10	8,2
	81-90	3	2,5
	91-100	2	1,6
	Toplam	122	100,0
Boyu	80-100	35	28,7
	101-120	20	16,4
	121-130	11	9,0
	131-140	3	2,5
	141-150	9	7,4
	151-160	19	15,6
	161-170	14	11,5
	171-180+	11	9,0
	Toplam	122	100,0
Çocuğun Beslenmesi Sırasında En Çok Karşılaştığınız Sorun	Yemek yememesi	23	18,9
	Yemek beğenmemesi	36	29,5
	Ekonomik sıkıntılar	11	9,0
	Çiğneme ve yutma sıkıntısı	27	22,1
	Sorun yaşamıyorum	25	20,5
	Toplam	122	100,0

Tablo 2 incelendiğinde araştırmaya dahil edilen çocuğa ait kişisel bilgilerin olduğu görülmektedir. bu çocukların 52'si (%42,6) 3-8 yaşında olduğu,71'i (%58,2) erkek, 29'u (%23,8) 10-15 arasında kiloda oldukları, 35'inin (%28,7) boylarının 80-100 arasında olduğu, 36'sının (%29,5) yemek beğenmeme sorununun olduğu anlaşılmaktadır.

**Tablo 3.** Günlük Beslenme Bilgilerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Günde Kaç Öğün Yemek Yiyorsunuz?	2	20	16,4
	3	81	66,4
	4++	21	17,2
	Toplam	122	100,0
En Çok Atladığınız Öğün Hangisidir?	Sabah Kahvaltısı	20	16,4
	Öğlen Yemeği	68	55,7
	Akşam Yemeği	7	5,7
	Öğün Atlamıyoruz	27	22,1
	Toplam	122	100,0
Öğün Atlama Sebebiniz Nedir?	Vakit bulamamak	47	38,5
	İştahsızlık	29	23,8
	Maddi İmkansızlık	7	5,7
	Rejim yapmak	11	9,0
	Öğün Atlamıyoruz	28	23,0
	Toplam	122	100,0

Tablo 3 incelendiğinde 81'inin (%66,4) günde üç öğün yemek yediklerini, 68'inin (%55,7) öğlen yemeklerini atladıklarını, 47'si (%38,5) öğün atlama sebeplerinin vakit bulamamak olduğunu söylemişlerdir.

**Tablo 4.** Araştırmaya Dahil Edilen Çocuğun Beslenme Davranışlarına İlişkin Bilgilere Yönelik Tanımlayıcı İstatistikleri

N	Min	Max	Mean
122	13,00	37,00	24,49

Tablo 4 incelendiğinde araştırmaya katılan çocukların beslenme davranışlarına ilişkin bilgilere yönelik ölçekten elde ettikleri puan ortalamalarının (24,49), genel olarak ölçekten alınan en düşük puan ortalamasına yakın olduğu görülmektedir. Bu da araştırmaya dahil edilen çocukların ailelerinin beslenmeye yönelik tutumlarının düşük olduğunu göstermektedir.

**Tablo 5.** Ailelerin Yaş Değişkenine Göre Çocuğun Beslenme Davranışlarına İlişkin Bilgilere Yönelik Puanları Arasındaki Fark İçin "Anova" Testi Sonuçları

Değişkenler	N	X	Ss	f	P	Fark	
Yaş	18-25 (1)	14	23,85	2,47	1,884	0,102	-
	26-30(2)	12	22,83	4,10			-
	31-35 (3)	19	23,89	4,31			-
	36-40(4)	18	23,16	4,99			-
	41-45(5)	19	25,63	3,62			-
	50-üzeri(6)	40	25,55	3,72			-

Tablo 5’ten de anlaşılacağı gibi, çocuğun beslenme davranışlarına ilişkin bilgilere yönelik puanların yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan anova-testi sonuçlarında yaş değişkeni ile ölçekten alınan puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p>,05$ ).

**Tablo 6.** Ailelerin Cinsiyeye Değişkenine Göre Çocuğun Beslenme Davranışlarına İlişkin Bilgilere Yönelik Puanları Arasındaki Fark İçin “t- testi” Sonuçları

Değişkenler	N	X	Ss	T	p
Bayan	93	24,19	3,99	1,477	147
Erkek	29	25,44	3,99		

Tablo 6’den de anlaşılacağı gibi, çocuğun beslenme davranışlarına ilişkin bilgilere yönelik puanların cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t- testi sonuçlarında cinsiyet değişkeni ile ölçekten alınan puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p>,05$ ).

**Tablo 7.** Ailelerin Eğitim Durumu Değişkenine Göre Çocuğun Beslenme Davranışlarına İlişkin Bilgilere Yönelik Puanları Arasındaki Fark İçin “Anova” Testi Sonuçları

Değişkenler	N	X	Ss	f	P	Fark	
Eğitim Durumu	İlköğretim(1)	81	24,07	3,84	1,730	0,182	-
	Lise(2)	24	25,79	4,11			-
	Üniversite(3)	17	24,64	4,48			-

Tablo 7’den de anlaşılacağı gibi, çocuğun beslenme davranışlarına ilişkin bilgilere yönelik puanların eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan anova-testi sonuçlarında eğitim durumu değişkeni ile ölçekten alınan puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p>,05$ ).

**Tablo 8.** Ailelerin Meslek Değişkenine Göre Çocuğun Beslenme Davranışlarına İlişkin Bilgilere Yönelik Puanları Arasındaki Fark İçin “Anova” Testi Sonuçları

Değişkenler	N	X	Ss	f	P	Fark	
Mesleğiniz	Memur (1)	6	25,66	3,26	0,200	0,896	-
	Emekli(2)	16	24,31	3,78			-
	İşçi(3)	11	24,18	4,35			-
	Diğer(4)	89	24,48	4,10			-

Tablo 8’den de anlaşılacağı gibi, çocuğun beslenme davranışlarına ilişkin bilgilere yönelik puanların meslek değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan anova-testi sonuçlarında meslek değişkeni ile ölçekten alınan puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p>,05$ ).



**Tablo 9.** Ailelerin Aylık Gelir Değişkenine Göre Çocuğun Beslenme Davranışlarına İlişkin Bilgilere Yönelik Puanları Arasındaki Fark İçin “Anova” Testi Sonuçları

Değişkenler	N	X	Ss	f	P	Fark	
Aylık Gelir Düzeyi	500-750(1)	32	23,93	3,94	0,872	0,483	-
	750-1000(2)	37	24,48	4,48			-
	1000-1500(3)	24	23,87	3,84			-
	1500-2000(4)	16	25,50	3,72			-
	2000- + (5)	13	25,76	3,39			-

Tablo 9’den da anlaşılacağı gibi, çocuğun beslenme davranışlarına ilişkin bilgilere yönelik puanların aylık gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan anova-testi sonuçlarında aylık gelir düzeyi değişkeni ile ölçekten alınan puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p>,05$ ).

## Tartışma ve Sonuç

Her canlının yaşamını devam ettirebilmesi için beslenme vaz geçilmez bir olgudur. Ancak canlı beslenme aralıklarına ve şekline dikkat etmesi gerekmektedir ki sağlıklı bir yaşam sürdürsün. Tabi ki burada aileye büyük sorumluluklar düşmektedir geleceğimizin emanetçileri çocuklarımızın daha sağlıklı yaşam sürdürmeleri için günümüzde var olan obezite hastalığıyla mücadele etmektir. Şu da iyi bilinmelidir faaliyet alanı kısıtlı olan engelli çocuklarımızın beslenme düzeylerine daha dikkat edilmesi gerçeğidir. Çünkü anne baba olarak ve hatta bireyler olarak bu çocuklarımızın engellerine bir de sağlık engelinin çıkmasına izin vermemek herkesin görevidir. Bu çocuklarımızın daha dikkatli beslenmelerine ve besin değeri yüksek olan yiyecekler tüketmelerine çalışılmalıdır.

Birçok yetişkin sağlıklı ve dengeli bir yaşam tarzı sergilemeleri gerektiğinde çoğu zaman iyi bir rol model olamamaktadır (9). Engelli çocuklarda iki tür beslenme bozukluğu vardır: Obezite; alınan enerjinin harcanan enerjiden az olması sonucu oluşur. Kronik beslenme yetersizliğinin en önemli göstergesi olan boy kısalığı, uzun kemiklerdeki gelişme geriliği ve fiziksel aktivitenin az olması obezite sorununu gündeme getirmiştir. Malnütrisyon: Gereksinim duyulan besinlerin uzun süre eksik alınmasıdır. Hareket azlığı olan bu çocuklar (kas distrofisi, kaslarda güçsüzlük, yürüyememe) beslenme açısından iki grupta incelenmektedir. Büyüme gelişme geriliği gösteren ve kötü beslenme Şekilsu gelişmiş çocuklardır (10).

Beslenme şekli, insan sağlığının en önemli ve değiştirilebilir yaşam biçimi belirleyicisidir. Hem yetersiz beslenme, hem de aşırı beslenme ölümlerin ve hastalıkların oluşumunda önemli rol oynamaktadır. Bu nedenle beslenme durumunun saptanması bireyin ve toplumun sağlığının geliştirilmesinin temel taşıdır (11). Araştırmaya katılan ailelerden 40’ı (%32,8) 50 ve üzeri yaş, 93’ü (%76,2) kadın, 51’i (%41,8) doğum yerinin il, 36’sı (29,5) üç çocuğu olduğunu, 55’i (%45,1) ilk çocuklarının engelli olduğunu, 72’si (%59,0) çocuklarının zihinsel engelli olduğunu, 81’i (%66,4) eğitimlerinin ilköğretim olduğunu, 89’u (%73) mesleklerinin ev hanımı olduğunu, 37’si (%30,3) aylık gelir düzeylerinin 750-1000 arasında olduğunu, 24’ü (%19,7) kilolarının 51-60 arasında olduğunu, 83’ü (%68,0) akraba evliliği yapmadıklarını söylemişlerdir. Araştırmaya katılan çocukların beslenme davranışlarına ilişkin bilgilere

yönelik ölçekten elde ettikleri puan ortalamalarının (24,49), genel olarak ölçekten alınan en düşük puan ortalamasına yakın olduğu görülmektedir.

Engelli öğrencilerin %66.4' ünün 3 ana öğün tükettiği en çok atlanan öğünün öğle öğünü (%55.7) olduğu, öğün atlama sebebinin en çok vakit bulamamaktan kaynaklandığı ve çocuğun beslenmesi sırasında karşılaşılan sorunun çocuğun yemek beğenmemesinden kaynaklandığı belirlenmiştir. Veriler engelli öğrencilerin beslenme alışkanlıklarının istenildiği gibi olmadığını göstermektedir. Bu durumun iyileştirmesi için yaşam koşulları da göz önüne alınarak, bu konuda çalışmalar yapan değerli bilim adamlarının çeşitli etkinliklerle yeterli ve dengeli beslenme konusunda engelli çocukları bulanan ailelere eğitimler ve konferanslar verilmelidir. Engelli çocuk ve ailelerinin beslenme ile ilgili yanlış tutum ve davranışlarının değişmesi, yaşam kalitelerinin yükselmesini ve ileride oluşabilecek beslenmeye bağlı sağlık sorunlarının azaltılmasında etkili olacaktır. Birey olarak bu çocuklarımızın yaşam koşullarını iyileştirmek ve topluma kazandırmak asli görevlerimizin başında gelmelidir.

## KAYNAKLAR

- 1.Çalıştır B, Dereli F, Eksen M ve Aktaş S (2005).”Muğla Üniversitesi Öğrencilerinin Beslenme Konusunda Bilgi Düzeylerinin Belirlenmesi”, Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 2(2):1-8.
- 2.Tanır F, Şaşmaz T, Beyhan Y ve Bilici S (2001). “Doğankent Beldesinde Bir Tekstil Fabrikasında Çalışanların Beslenme Durumu”, Türk Tabipler Birliği Mesleki Sağlık ve Güvenlik Dergisi, Temmuz: 22-25.
3. Baysal A (1993).”Gençliğin Beslenme Sorunları”, Aile ve Toplum Dergisi, 3(1).
- 4.Tönük B, Gültürk H, Güneşli U vd. (1987). Gıda Tüketimi ve Beslenme, Tarım ve Köy İşleri Bakanlığı, Ankara.
5. Baysal A (1997). Bilişsel yeteneğin gelişiminde beslenmenin rolü. Beslenme ve Diyet Dergisi 26: (1): 1.
6. Sağlık Çalışanlarında Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Değerlendirilmesi (2007). TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 6(6).
7. Hemşirelik Yüksekokulu Öğrencilerinin Sağlığı Geliştirme Davranışları. (2005). C.Ü.Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi, 9(2).
8. Önder FO, Kurdoğlu M, Oğuz G, Özben B, Atilla S ve Oral SN (2000). “Gülveren Lisesi Son Sınıf Öğrencilerinin Bazı Beslenme Alışkanlıklarının Saptanması ve Bunun Malnütrisyon Prevalansı ile Olan İlişkisi”, Hacettepe Toplum Hekimliği Bülteni, 21(1).
9. Karakoç A (2006). Sınıf Öğretmenlerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Bu Davranışları Etkileyen Bazı Faktörlerin Belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Programı.
10. Köksal G (2008). Hacettepe Üniversitesi-Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Ankara.
11. Pekcan G (2008). Beslenme Durumunun Saptanması. Sağlık Bakanlığı Yayınları, Ankara.