

**Araştırma Makalesi**  
(Research Article)

Ege Üniv. Ziraat Fak. Derg.,2020, Özel Sayı: 91-98  
DOI: [10.20289/zfdergi.834794](https://doi.org/10.20289/zfdergi.834794)

Halis Ongun OSKAY<sup>1</sup>

Gülfem ÜNAL<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Aliağa Ceza İnfaz Kurumları Kampüsü,  
Şakran, Aliağa, İzmir

<sup>2</sup>Ege Üniversitesi Ziraat Fakültesi Süt  
Teknolojisi Bölümü, İzmir

<sup>1</sup>ORCID: 0000-0002-3092-7478

<sup>1</sup>ORCID: 0000-0002-1999-1292

\*sorumlu yazar: [gulfem.unal@ege.edu.tr](mailto:gulfem.unal@ege.edu.tr)

**Anahtar Sözcükler:**

Beslenme, Davranışlar, Cezaevi, Öğün  
Tercihleri.

**Keywords:**

Nutrition, Behaviours, Prison, Meal  
Preferences.

**İzmir Buca Kapalı/Açık Ceza İnfaz Kurumunda Beslenme  
Alışkanlıklarının Belirlenmesi\***

Determination of Nutritional Habits in İzmir Buca Closed/Open Penal  
Institution

\* Bu makale Ege Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Süt Teknolojisi Anabilim Dalında  
tamamlanan Yüksek Lisans Tezinden özetlenmiştir.

**Alınış** (Received): 02.12.2020

**Kabul Tarihi** (Accepted): 10.12.2020

**ÖZ**

**Amaç:** Çalışmada, İzmir Buca Kapalı/Açık Ceza İnfaz Kurumu mahkumlarının ve personelinin sosyo-demografik özelliklerinin tespit edilmesi, ana ve ara öğün tüketme alışkanlıklarının belirlenmesi ve bu durumun kişiler için yeterli ve dengeli beslendiklerini düşünmeleri ile ilişkilendirilmesi amaçlanmıştır.

**Materyal ve Metod:** Çalışmanın materyalini İzmir Buca Kapalı/Açık Ceza İnfaz Kurumu'nda bulunan farklı demografik özelliğe sahip 42 personel ve 444 hükümlü/tutuklu olmak üzere toplam 486 kişi ile yüz yüze yapılan anketler oluşturmaktadır. Anketlerde katılımcıların sosyo-demografik özellikleri, yeterli ve dengeli beslendiklerini düşünüp düşünmedikleri ve beslenme alışkanlıkları ile ilgili sorulara yer verilmiştir. Katılımcıların yeterli ve dengeli beslendiklerini düşünüp düşünmemeleri ile beslenme alışkanlıklarına bağlı farklı değişkenler arasındaki ilişkiyi ortaya koymak üzere ki-kare testi uygulanmıştır.

**Bulgular ve Sonuç:** Personelin %73.8'i ve tutuklu/hükümlülerin ise %68.0'i yeterli ve dengeli beslendiklerini düşünmediği belirlenmiştir. Katılımcıların %63.2'si ana öğün atladıklarını ve en sık atlanan ana öğünün sabah kahvaltısı olduğunu beyan etmişlerdir. Tüm katılımcıların %80.7'sinin ara öğün atladıkları ve en yaygın atlanan ara öğünün ise kuşluk olduğu saptanmıştır. Çalışmaya katılan kişilerin çoğu ara öğün atlama sebebinin alışkanlıklarının olmaması olarak göstermiştir. Katılımcıların yeterli ve dengeli beslendiklerini düşünmeleri ile ana ve ara öğün tüketme alışkanlıkları arasındaki ilişki istatistiksel olarak önemli bulunmuştur. Ceza infaz kurumlarında kişilerin yeterli beslenmelerinin sağlanması ve bunun kalitesi ve takibi ortam huzurunun sağlanması açısından etkin bir rol oynamaktadır.

**ABSTRACT**

**Objective:** In the study, it was aimed to determine the socio-demographic characteristics of İzmir Buca Closed / Open Penal Institution prisoners and staff, to determine the habits of consuming main meals and snacks, and to associate this situation with the people thinking that they have a sufficient and balanced diet.

**Material and Methods:** In this study, the material consists of a total of 486 people including 42 staff and 444 convicts/prisoners, with different demographic characteristics in İzmir Buca Closed/Open Penal Institution and the face to face survey method. Survey questions consist of socio-demographic characteristics, whether they think they have a sufficient and balanced diet and dietary habits. Chi-square test was used to analyze the relationship between different variables depending on eating habits and whether the participants think that they have an adequate and balanced diet.

**Results and Conclusion:** It was determined that 73.8% of the staff and 68% of the convicts/prisoners did not think that they had a sufficient and balanced diet. 63.2% of the participants stated that they skipped the main meal and the most frequently skipped main meal was breakfast. It was determined that 80.7% of all participants skipped snacks and the most commonly skipped snack was mid-morning. Most of the people participating in the study showed that the reason for skipping snacks was their lack of habits. The relationship between the participants' belief that they have a sufficient and balanced diet and their habits of consuming main meals and snacks was found to be statistically significant. Ensuring adequate nutrition of people in penal institutions and its quality and monitoring play an active role in ensuring peace of mind.

## GİRİŞ

Beslenme, bireyin dünyaya gelmesi ile başlayan ve hayatının sona ermesine kadar devam eden en önemli yaşamsal faaliyetlerden biridir. Bunun yanında büyüme ve gelişmenin sağlanması, sağlığın sürdürülmesi ve geliştirilmesi için vücudun gereksinimi olan besin öğelerini yeterli miktarlarda ve uygun zamanlarda alması gerekmektedir (Arlı ve ark., 2017). Bir insanın gereğinden fazla yemek yemesi, enerji ve besin öğelerini gerektiğinden fazla almasına neden olmakta, bu durum beraberinde şişmanlık (obezite), diyabet, hipertansiyon ve kalp-damar hastalıkları gibi sağlık sorunlarının oluşumuna neden olmaktadır. Oluşan bu tablo "aşırı ve dengesiz beslenme" olarak tanımlanır. İnsanın yeterince yemesine karşın, uygun besin seçimi yapmadığında ve/veya yanlış pişirme yöntemi uygulandığında ise vücut besin öğelerinden yeterince yararlanamamaktadır. Bu duruma da "dengesiz beslenme" denir. Yetersiz ve dengesiz beslenmenin fiziksel gelişimi yavaşlatmasının yanında, zihinsel gelişimi olumsuz etkilediği, bağışıklık sistemini zayıflattığı ve bu nedenle de hastalıklara yakalanma riskinin arttığı ve hastalıkların ağır seyrettiği bildirilmiştir (Onurlubaş ve ark., 2015).

Tutuklu ve hükümlü kelimelerinin anlamlarına bakıldığında; hükümlü hakkında ceza verilen ve mahkumiyet hükmü kesinleşmiş olan kişi anlamına gelmekte, tutuklu ise hürriyetlerinden yasal olarak alıkonulup hapis hane veya tutukevinde kalması mecburi olan kişiyi ifade etmektedir. Hükümlü ile tutuklu arasındaki en büyük fark, hükümlünün ceza aldığı için kesinleşmiş olması, tutuklunun ise kesinleşmemiş olmasıdır. Ceza infaz kurumu veya cezaevi ise işlediği suçtan dolayı hakkında hürriyeti bağlayıcı ceza verilen hükümlünün cezasını çekmesi amacıyla özel olarak yapılmış binalardır (Demir, 2011).

Cezaevinde olan mahkumların beden ve ruh sağlığı içinde yaşamaya ilişkin temel hakkı devam eder. Bu durum Uluslararası Ekonomik, Sosyal ve Kültürel Haklar Sözleşmesi'nin 12. Maddesinde "herkesin en yüksek düzeyde beden ve ruh sağlığına sahip olma hakkı" şeklinde öngörülmüştür (Coyle, 2002).

Yeterli ve dengeli beslenme beden sağlığının başlıca ögesi olup Türkiye'deki cezaevlerinin çoğunda toplu beslenme sistemi uygulanmaktadır. Toplu beslenme sistemleri okullar, hastaneler, fabrikalar, cezaevleri, askeri kuruluşlar ve oteller gibi yerlerde mevcut olup her bir kuruluş hizmet verdiği tüketici kitlesinin (öğrenciler, hastalar, işçiler, mahkumlar vb.) özelliklerine uygun ve kaliteli hizmet vermekle yükümlüdür (Bilici, 2012).

Türkiye'de tutuklu ve hükümlü sayısının son yıllardaki artışı göz önüne alındığında mevcut altyapının yetersiz kalması, beslenme, barınma ve cezaevlerinde sağlık hizmetlerine ulaşım konusunda yaşanan zorluklar mevcudun da yükselmesiyle giderek artmaktadır (Adalet Bakanlığı, 2018). Ceza infaz kurumlarında barındırılan hükümlü/tutuklular ile personelin yeterli kalori esasına göre sağlıklı beslenmesini sağlayan düzenlemeler ile günlük, haftalık ve aylık iyeş planlamaları, hasta olanlar için uygun yemeklerin hazırlanması ve bu konularla ilgili diğer görevlerin yerine getirilmesini sağlayan gıda mühendisleri ve diyetisyenler kurumlarda görevlendirilmektedir (Adalet Bakanlığı, 2006). Belirli hastalığı olan mahkumlara uygun yemek menülerinin veya diyet listelerinin oluşturulması, hastanın cezaevine girişte beslenme öyküsünün alınması, alerjik olduğu yiyeceklerin tespit edilmesi ve ona göre bir diyet listesi hazırlanması ile ana ve ara öğünlerin belirlenmesi de büyük önem taşımaktadır (Ayhan ve ark., 2012). Genel olarak ceza infaz kurumlarında barındırılan mahkumlar için enerji ihtiyacı, yetişkin erkekler için 2500 kcal/gün, kadınlar için 2000 kcal/gün olarak belirlenmiştir. Hükümlü ve tutuklular kendilerine iyeş edilen besin maddelerinin yanında kurum bünyesinde bulunan manav ve kantinlerden de tükettikleri besin maddeleri ile günlük diyetlerini çeşitlendirebilmektedir (Öztek, 2012).

Mahkumlarda diğer insanlardan farklı olarak beslenmenin sosyal ve psikolojik yönünün de olmasıdır. Yemek yeme saatleri mahkumların diğer mahkumlarla iletişime geçerek, yalnızken kafalarında oluşturdukları olumsuz düşünceleri azaltmak ya da yok etmek için önemli saatler olup yeterli ve dengeli beslenmeleri onların huzurlu olmalarına neden olmaktadır. Bu sebeple kurumlarda sağlanan beslenme hizmetinin kalitesi, ceza infaz kurumu ortamında huzuru sağlamada etkin bir rol oynamaktadır.

Bu çalışmanın amacı, İzmir Buca Kapalı/Açık Ceza İnfaz Kurumu mahkumlarının ve personelinin sosyo-demografik özelliklerinin tespit edilmesi, ana ve ara öğün tüketme alışkanlıklarının belirlenmesi ve bu durumun kişilerin yeterli ve dengeli beslendiklerini düşünceleri ile ilişkilendirilmesidir.

## MATERYAL ve YÖNTEM

Çalışmanın materyalini 2016-2018 yılları arasında İzmir Buca Kapalı/Açık Ceza İnfaz Kurumu'nda bulunan yaşları 18-68 arasındaki 42 personel ve 444 hükümlü/tutuklu olmak üzere toplam 486 kişi ile yüz yüze yapılan anketler oluşturmaktadır. Çalışmaya dahil edilen personel, hükümlü ve tutuklular ile iş birliği yapmış ve

gönüllük esasına dayanılarak kişiler seçilmiştir. Bunun yanında Adalet Bakanlığı Ceza Tevkifevleri Genel Müdürlüğü'nden ve kurum müdüründen gerekli izinler alınmıştır.

Verilerin analizinde SPSS 24.0 istatistik programı aracılığıyla hükümlü/tutuklu ve personele ilişkin sosyo-demografik bilgiler, beslenme alışkanlıkları ve günlük diyet uygulamalarının değerlendirilmesinde ortalamalar ve yüzde hesaplamaları gibi temel istatistik bilgileri elde edilmiştir. Bunun yanında uygulanan ki-kare testi sayesinde bazı faktörler ile personel, hükümlü ve tutukluların yeterli ve dengeli beslendiklerini düşünmeleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

Veri toplama aracı olarak kullanılan anket formunun birinci bölümünde tüketicilerin sosyo-demografik özelliklerine ilişkin sorular yer almıştır. İkinci bölümde yeterli ve dengeli beslendiklerini düşünüp düşünmedikleri sorulmuş ve bu soruya "Evet" veya "Hayır" şeklinde cevap vermeleri istenmiştir. Katılımcıların beslenme alışkanlıklarını ve günlük diyet uygulamalarını ortaya koymak amacıyla gün içerisinde kaç ana ve ara öğün tükettikleri, öğün

atlayıp atlamadıkları sorgulanmış olup konu ile ilgili çeşitli sorular yöneltilmiştir. Elde edilen cevaplar katılımcıların yeterli ve dengeli beslendiklerini düşünüp düşünmedikleri ile ilişkilendirilmiştir.

## ARAŞTIRMA BULGULARI ve TARTIŞMA

### Tüketicilerin sosyo-demografik özellikleri

Hükümlü/tutuklular (H/T) ile personelin sosyo-demografik özelliklerini gösteren Çizelge 1 incelendiğinde çalışmaya katılan 486 kişinin %98.1'i (n=477) erkek ve %1.9'u (n=9) kadındır. Elde edilen verilere göre personelin %26.2'sinin (n=11) evli, %73.8'inin (n=31) bekar olduğu tespit edilirken H/T'ların %37.8'i (n=168) evli ve %62.2'sinin (n=276) ise bekar olduğu saptanmıştır. Evlenip boşanmış kişiler bekar kapsamında değerlendirilmiştir. Diğer yandan katılımcıların eğitim durumları incelendiğinde personelin %19.0'unun lise ve altı eğitim seviyesinde, %81.0'inin ise ön lisans ve üstü eğitim seviyesine sahip olduğu tespit edilirken H/T'ların %82.9'unun lise ve altı, %17.1'inin ise ön lisans ve üstü eğitim seviyesine sahip olduğu bulunmuştur.

**Çizelge 1.** Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri

**Table 1.** Socio-Demographic Characteristics of Participants

	Personel N (%)	Hükümlü/Tutuklu N (%)	Toplam N (%)
<b>Cinsiyet</b>			
Erkek	33 (78.6)	444 (100.0)	477 (98.1)
Kadın	9 (21.4)	0	9 (1.9)
Total	42 (100.0)	444 (100.0)	486 (100.0)
<b>Medeni Durum</b>			
Evli	11 (26.2)	168 (37.8)	179 (36.8)
Bekar	31 (73.8)	276 (62.2)	307 (63.2)
Total	42 (100.0)	444 (100.0)	486 (100.0)
<b>Eğitim Durumu</b>			
Lise ve altı	8 (19.0)	368 (82.9)	376 (77.3)
Ön Lisans ve üstü	34 (81.0)	76 (17.1)	110 (22.7)
Total	42 (100.0)	444 (100.0)	486 (100.0)

Katılımcıların yeterli ve dengeli beslendiklerini (YDB) düşünmeleri ile ceza infaz kurumunda (CİK) personel veya H/T olmaları, cinsiyetleri ve medeni durumları değişkenleri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Çizelge 2'de görülebileceği gibi, katılımcıların yeterli ve dengeli beslendiklerini düşünmelerinin H/T olmaları değişkenine bağımlı olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ki-kare testi sonucunda değişkenler arasındaki bağımlılık istatistiksel olarak anlamlı

bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Çizelge 1'de görüldüğü üzere hükümlü ve tutukluların tamamının erkek olması anketlerin sadece erkekler arasında yapıldığını göstermektedir. Bu nedenle hükümlü ve tutukluların yeterli ve dengeli beslendiklerini düşünmeleri ile cinsiyet değişkeni arasındaki ilişki irdelenmemiştir. Benzer konuda yapılan bir çalışmaya bakıldığında Koyuncu ve ark. (2014) Ege Üniversitesi öğrencilerinin organik süt tüketme durumlarının cinsiyet faktöründen

bağımsız olduğunu belirlemişlerdir. Diğer yandan çalışmamızdaki katılımcıların medeni durumları ile yeterli ve dengeli beslendiklerini düşünmeleri arasındaki bağımlılık istatistiksel olarak önemli bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Bu sonuç kişilerin beslenme alışkanlığı edinmeye ilişkin durumları açısından fikir

verebilmektedir. Buna benzer olarak Yurtseven ve ark.'nın (2014) yaptıkları bir araştırma kapsamındaki kişilerin evli veya bekar olmaları ile yeterli ve dengeli beslenme ile ilişkili olan beden kitle indeksleri arasında istatistiksel anlamda önemli bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ).

**Çizelge 2.** Katılımcıların Yeterli ve Dengeli Beslendiklerini Düşünmelerinin Personel veya Hükümlü/Tutuklu Olmaları ve Medeni Durum Değişkenine Bağımlı Olup Olmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Ki-Kare Testi Sonuçları

**Table 2.** The Results of the Chi-Square Test Conducted to Determine Whether Participants' Thinking of Their Adequate and Balanced Nutrition Is Dependent on being Personnel or Convicts/Prisoners and the Marital Status Variables

		Yeterli ve Dengeli Beslendiğinizi Düşünüyor Musunuz?			X <sup>2</sup>	sd	p
		Evet	Hayır	Toplam			
<b>CiK'daki Durum</b>	Personel	11	31	42	.597	1	.440
	Hükümlü/Tutuklu	142	302	444			
	Total	153	333	486			
<b>Medeni Durum</b>	Evli	46	133	179	4.394	1	.036*
	Bekar	107	200	307			
	Total	153	333	486			

\* $p<0.05$  düzeyinde anlamlı

### Katılımcıların beslenme alışkanlıklarının belirlenmesi

Vücutta olması gerekenden çok miktarda yağ depolanması sonucu obezite hastalığı ortaya çıkmakta olup obezite hastalığı, fiziksel ve ruhsal sorunlara neden olabilen bir enerji metabolizması bozukluğu olarak tanımlanmaktadır. Obezite; bireyin kilolu olması, tembel yaşam biçimi, fiziksel aktivitenin azlığı ve beslenme alışkanlığı ile ilişkilidir (Mendes, 2011). Çalışmamızda elde edilen personel ve H/T'ların ana öğün tercihleri Çizelge 3'de verilmiştir. Buna göre; katılımcılara yönlendirilen "Yeterli ve dengeli beslendiğinizi düşünüyor musunuz?" sorusuna verilen cevabın büyük bir kısmı olumsuzdur. Toplam katılımcıların %31.5'i bu soruya "Evet" derken geri kalan %68.5'lik kısmı "Hayır" yanıtını vermiştir. Personelin %26.2'si ( $n=11$ ), H/T'ların ise %32.0'si ( $n=142$ ) yeterli ve dengeli beslendiğini düşünmektedir. Türkiye'de hüküm giymiş veya tutukluluk aşamasında olan kişiler üzerinde yapılan araştırmalar, kişilerin ceza infaz kurumundaki hayatlarından önceki yaşamlarında beslenme alışkanlıklarının olumsuz olduğunu ortaya koymaktadır. Hali hazırda beslenme alışkanlığı edinmemiş kişiler bu kurumlarda hükümlü ve tutuklu olarak geldiklerinde sunulan beslenme hizmetleri sayesinde olumsuz olan beslenme alışkanlıklarını düzenleme eğiliminde olabilmektedir (Öztek, 2012).

Anket formunda sorulan "Bir günde yediğiniz ana öğün sayısı ne kadardır?" sorusuna mahkumların %0.9'u ( $n=4$ ) ana öğün yemediklerini belirtirken ana öğün yemeyen personel bulunmamaktadır. Katılımcıların %10.7'si ( $n=52$ ) günde bir öğün yemek yediklerini bildirirken personelin %9.5'i ( $n=4$ ) ve H/T'ların ise %10.8'i bu kapsama girmektedir. Günde iki ana öğün yemek yiyenler toplam katılımcıların %40.7'sini ( $n=198$ ), personelin %38.1'ini ( $n=16$ ) ve mahkumların ise %41.0'ini ( $n=182$ ) oluşturmaktadır. Günde üç öğün yemek yiyen katılımcı en büyük yüzde ile grubun %47.7'sini ( $n=232$ ) oluşturmaktadır. Aynı cevabı veren personelin oranı %52.4 ( $n=22$ ) olup bu durum personelin yarısından fazlasının üç öğün yemek yediğini göstermektedir. H/T'lar için bu oranı ise %47.3 ( $n=210$ ) olarak tespit edilmiştir.

Katılımcılara ana öğün atlayıp atlamadıkları sorulduğunda toplam katılımcıların %63.2'sinin ( $n=307$ ) ana öğün atladığı görülmektedir. Personelden ana öğün atlayanların oranı %73.8 ( $n=31$ ), H/T oranı ise ( $n=276$ ) %62.2'dir. Türkiye'de 500 obez katılımcıya uygulanan bir çalışmada, katılımcıların %55.8'inin öğün atladığı tespit edilmiş olup bu oran çalışmamızda elde edilen yüzdenin altında kalmaktadır (Büyükcavuşoğlu, 2011).

Katılımcılara hangi ana öğünü atladıkları sorulduğunda ise personelin %33.3'ü ( $n=14$ ) ve H/T'ların %31.1'inin ( $n=138$ ) sabah kahvaltısını, personelin %33.3'ü ( $n=14$ ) ve H/T'ların %30.6'sinin ( $n=136$ ) öğle yemeğini

ve personelin %14.3'ü (n=6) ve H/T'ların ise %12.8'inin (n=57) akşam yemeğini atladığı belirlenmiştir. Türkiye'nin genelinde uygulanan bir çalışmada en çok atlanan öğünün sabah kahvaltısı olduğu saptanmıştır (Anonim, 2010). Rakıcıoğlu ve ark. (2003) sigara içen ve içmeyen 19-24 yaş arası bireylerin beslenme durumlarını araştırdıkları çalışmalarında çalışmamızda olduğu gibi en fazla atlanan ana öğünün kahvaltı olduğunu saptamışlardır. Aynı araştırmacılar sigara içenlerin %39'unun sigara içmeyenlerin ise %28'inin öğün atladıklarını tespit etmişlerdir. Ma ve ark.'nın (2003) yaptıkları bir araştırmada ise günde üç ve daha fazla öğün tüketenler kıyaslanmış, üç öğünün üzerinde öğün tüketenlerde obezite görülme oranının %45 daha az olduğu tespit edilmiştir.

Katılımcıların yeterli ve dengeli beslenmelerini düşünmeleri ile ana öğün tüketim alışkanlıkları arasındaki ilişki Çizelge 4'de verilmiştir. Çizelgede görülebileceği üzere katılımcıların yeterli ve dengeli beslendiklerini düşünmelerinin ana öğün tüketim alışkanlıkları değişkenine bağımlı olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ki-kare testi sonucunda değişkenler arasındaki bağımlılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Elde edilen analiz sonuçlarına göre günde üç ana öğün tüketen katılımcıların 112 tanesi yeterli ve dengeli beslendiklerini düşünürken 120 katılımcı da yeterli ve dengeli beslenmediklerini düşünmektedir. Söz konusu

grupta yeterli ve dengeli beslenmediklerini düşünen kişilerin ara öğün tüketimi konusunda eksiklikleri olduğu düşünülebilir.

Personel ve H/T'ların ara öğün alışkanlıkları Çizelge 5'de verilmiş olup elde edilen sonuçlar incelendiğinde 182 (%37.4) katılımcının ara öğün yemediği görülmektedir. Ara öğün yemeyen personel oranı %26.2 (n=11) iken bu oran H/T'lar için %38.5'dir (n=171). Anket formunda bulunan "Kaç ara öğün yersiniz?" sorusuna personelin %28.6'sı (n=12), H/T'ların %19.8'i (n=88) bir ara öğün yediğini bildirmiştir. Diğer yandan iki ara öğün tüketen personel oranı %40.5 (n=17) iken H/T oranı ise %31.3 (n=139) olarak belirlenmiştir. Katılımcıların %9.9'unun düzenli olarak ara öğün tükettikleri gözlemlenirken bu oran personel için %4.8 (n=2) ve H/T'lar için ise %10.4 (n=46) olarak saptanmıştır. Ülkemizde yapılan bir çalışmada katılımcıların %96.6'sının ara öğün tükettiği; %3.4'ünün ara öğünü atlattığı saptanmış; ara öğün tüketen kişilerin %4.4'ünün günde bir, %42.4'ünün günde iki, %28.8'inin ise günde üç ara öğün tükettiği ve %20.6 oranındaki katılımcının ise günde üçten fazla ara öğün tükettiği tespit edilmiştir (Büyükçavuşoğlu, 2011). Elde edilen bu sonuçlar çalışmamızda elde edilen sonuçlar ile çok fazla paralellik göstermemekte olup bu durum her iki çalışmanın örnekleminin farklı olmasından kaynaklanabilir.

**Çizelge 3.** Katılımcıların Ana Öğün Tercihleri

**Table 3.** Main Meal Preferences of Participants

	Personel N (%)	H/T N (%)	Toplam N (%)
<b>Yeterli ve dengeli beslendiğinizi düşünüyor musunuz?</b>			
Evet	11 (26.2)	142 (32.0)	153 (31.5)
Hayır	31 (73.8)	302 (68.0)	333 (68.5)
Total	42 (100.0)	444 (100.0)	486 (100.0)
<b>Bir günde yediğiniz ana öğün sayısı ne kadardır?</b>			
Hiç	0 (0.0)	4 (0.9)	4 (0.8)
1 ana öğün	4 (9.5)	48 (10.8)	52 (10.7)
2 ana öğün	16 (38.1)	182 (41.0)	198 (40.7)
3 ana öğün	22 (52.4)	210 (47.3)	232 (47.7)
Total	42 (100.0)	444 (100.0)	486 (100.0)
<b>Ana öğün atlar mısınız?</b>			
Evet	31 (73.8)	276 (62.2)	307 (63.2)
Hayır	11 (26.2)	168 (37.8)	179 (36.8)
Total	42 (100.0)	444 (100.0)	486 (100.0)
<b>Hangi ana öğünü atlarsınız?</b>			
Sabah	14 (33.3)	138 (31.1)	152 (31.3)
Öğle	14 (33.3)	136 (30.6)	150 (30.9)
Akşam	6 (14.3)	57 (12.8)	63 (13.0)
Total	34 (81.0)	331 (74.5)	367 (75.5)

**Çizelge 4.** Katılımcıların Yeterli ve Dengeli Beslendiklerini Düşünmelerinin Ana Öğün Tüketim Alışkanlıkları Değişkenine Bağımlı Olup Olmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Ki-Kare Testi Sonuçları

**Table 4.** The Results of the Chi-Square Test Conducted to Determine Whether Participants' Thinking of Their Adequate and Balanced Nutrition Is Dependent on the Main Meal Consumption Habits Variable

Yeterli ve Dengeli Beslendiğinizi Düşünüyor Musunuz?						
Bir günde yediğiniz ana öğün miktarı nedir?	Evet	Hayır	Toplam	X <sup>2</sup>	sd	p
Ana öğün yemem	0	4	4			
1 öğün	4	48	52			
2 öğün	37	161	198	60.843	3	.000*
3 öğün	112	120	232			
Total	153	333	486			

\*p<0.05 düzeyinde anlamlı

**Çizelge 5.** Katılımcıların Ara Öğün Tercihleri

**Table 5.** Snack Preferences of the Participants

	Personel N (%)	H/T N (%)	Toplam N (%)
<b>Günde kaç ara öğün yersiniz?</b>			
Ara öğün yemem	11 (26.2)	171 (38.5)	182 (37.4)
1 ara öğün	12 (28.6)	88 (19.8)	100 (20.6)
2 ara öğün	17 (40.5)	139 (31.3)	156 (32.1)
3 ara öğün	2 (4.8)	46 (10.4)	48 (9.9)
Total	42 (100.0)	444 (100.0)	486 (100.0)
<b>Ara öğün atlar mısınız?</b>			
Evet	34 (81.0)	358 (80.6)	392 (80.7)
Hayır	2 (4.8)	46 (10.4)	48 (9.9)
Bazen	6 (14.3)	40 (9.0)	46 (9.5)
Total	42 (100.0)	444 (100.0)	486 (100.0)
<b>Hangi ara öğünü atlıyorsunuz?</b>			
Kuşluk	28 (66.7)	296 (66.7)	324 (66.7)
İkinci	24 (57.1)	263 (59.2)	288 (59.3)
Gece	22 (52.4)	252 (56.8)	274 (56.4)
<b>Ara öğün atlama nedeniniz nedir?</b>			
Alışkanlığım yok	21 (50.0)	198 (44.6)	219 (45.1)
Canım istemiyor/iştahsızım	13 (31.0)	149 (33.6)	162 (33.3)
Yoğun çalışma	13 (31.0)	131 (29.5)	144 (29.6)
Hazırlanmadığı için	8 (19.0)	49 (11.3)	57 (11.7)
İşe yetişememe	6 (14.3)	45 (10.1)	51 (10.5)
Kurs, spor vb. nedeniyle	3 (7.1)	16 (3.6)	19 (3.9)
Total	42 (100.0)	444 (100.0)	486 (100.0)

Katılımcıların "Ara öğün atlar mısınız?" sorusuna verdikleri cevaplara bakıldığında; katılımcıların büyük bir kısmının (%80.7) ara öğün atladıkları görülmüştür. Ara öğün atlayan personel oranı (%81.0) ile H/T oranının (%80.6) birbirine oldukça yakın olduğu görülmektedir. Ara öğün kaçırmayan katılımcıların oranı %9.9 (n=48) olup bu oran personel için %4.8 (n=2) ve H/T'lar için %10.4 (n=46) olarak belirlenmiştir. Diğer yandan ara öğünü bazen atladığını belirten katılımcıların oranının %9.5 olduğu çizeleden görülmektedir. Anket formunda bulunan "Hangi ara öğünü atlıyorsunuz?" sorusuna katılımcıların %66.7'si kuşluk vakti cevabını vermiştir. Kuşluk vakti ara öğünü atlayanlar açısından personel ve H/T oranı aynı olup %66.7 olarak tespit edilmiştir. Bu soruya toplam katılımcılar düşünüldüğünde %59.3 oranında ikinci vakti ve %56.4 oranında gece ara öğünü cevapları verilmiştir. Katılımcılara ara öğün atlama nedenleri sorulduğunda ise en büyük oran %45.1 ile "Alışkanlığım yok" seçeneğinin olmuştur. Bu cevabı verenler personelin %50.0'sini ve H/T'ların 44.6'sını oluşturmaktadır. Katılımcıların %33.3'ü (n=162) "Canım istemiyor/iştahsızım" yanıtını verirken "Yoğun çalışma" sebebi ile ara öğün atladıklarını ifade eden katılımcı sayısı 144 olarak belirlenmiştir. "Hazırlanmadığı için" yanıtını seçen katılımcı oranı %11.7 (n=57) olurken personelin %19.0'u ve H/T'ların %11.3'ü aynı cevabı vermişlerdir.

Ara öğün atlama nedeni olarak "İşe yetişememe" yanıtını veren oran katılımcıların %10.5'ini (n=51) oluşturmaktadır olup personel için bu oran %14.3 (n=6) ve H/T'lar için %10.1'dir (n=45). Personelin %7.1'i (n=3) ve H/T'ların %3.6'sı (n=16) ara öğün atlama nedeni olarak "Kurs, spor vb. faaliyetleri nedeniyle"

seçeneğini seçmişlerdir. Katılımcılarından Açık Ceza İnfaz Kurumunda barındırılan hükümlüler topluma tekrar kazandırılma kapsamında gerek kurum içinde gerek kurum dışında çeşitli iş kollarında çalıştırılmakta olup H/T'ların iş ile ilgili verdikleri cevaplar bu açıdan yorumlanmalıdır.

Katılımcıların yeterli ve dengeli beslendiklerini düşünmelerinin ara öğün tüketim alışkanlıkları değişkenine bağımlı olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ki-kare testi sonuçları Çizelge 6'da verilmiştir. Yapılan istatistiksel analiz sonucunda değişkenler arasındaki bağımlılık istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir ( $p < 0.05$ ). Elde edilen analiz sonuçlarına göre günde üç ara öğün tüketen katılımcıların yeterli ve dengeli beslendiklerini düşündükleri söylenebilmektedir.

## SONUÇ

Yeterli ve dengeli beslenme vücudun büyüme, gelişme ve normal fonksiyonlarını yerine getirebilmesi açısından oldukça önem taşımaktadır. Yetersiz ve dengesiz beslenen bir kişinin bağışıklık sistemi zayıflamakta, vücudu mikroorganizmalara karşı korumasız hale gelmekte ve hastalıkları ağır seyretmektedir. Bunun yanında dengesiz beslenme; insanın çalışma, planlama ve yaratma yeteneğini düşürmekte ve üretkenliğini olumsuz etkilemektedir. Ceza infaz kurumlarının tutuklu ve hükümlülere yeterli ve dengeli bir beslenme hizmeti sunmakla yükümlü olmasına karşın kişilerin yeterli ve dengeli beslenmeleri aynı zamanda kendilerine de bağlı olmaktadır.

**Çizelge 6.** Katılımcıların Yeterli ve Dengeli Beslendiklerini Düşünmelerinin Ara Öğün Tüketim Alışkanlıkları Değişkenine Bağımlı Olup Olmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Ki-Kare Testi Sonuçları

**Table 6.** The Results of the Chi-Square Test Conducted to Determine Whether Participants' Thinking of Their Adequate and Balanced Nutrition Is Dependent on the Snack Consumption Habits Variable

Yeterli ve Dengeli Beslendiğinizi Düşünüyor Musunuz?						
Bir günde yediğiniz ara öğün miktarı nedir?	Evet	Hayır	Toplam	X <sup>2</sup>	sd	p
Ara öğün yemem	67	115	182			
1 öğün	30	70	100			
2 öğün	37	119	156	8.320	3	.040*
3 öğün	19	29	48			
Total	153	333	489			

\* $p < 0.05$  düzeyinde anlamlı

Yapılan bu çalışmada 444 hükümlü ve tutukludan 302 tanesinin ve 42 personelden ise 31 tanesinin yani çoğunluğun yeterli ve dengeli beslendiklerini düşünmedikleri tespit edilmiştir. Katılımcıların bu düşüncelerinin cinsiyet faktöründen bağımsız olduğu fakat medeni durumları ile ilişkilendirilebileceği sonucuna varılmıştır. Mahkumların %0.9'u ana öğün tüketmediklerini, %47.3'ü ise üç öğün düzenli yemek yediklerini ifade etmişlerdir. Katılımcıların yarısından fazlası ana öğün atladıklarını ifade ederken en sık atlanan ana öğün kahvaltılar olarak belirlenmiştir. Diğer yandan personelin %26.2'si ve mahkumların ise %38.5'i ara öğün tüketmediklerini bildirirken personelin sadece %4.8'i ve mahkumların %10.4'ü düzenli olarak üç ara öğün tükettiklerini ifade etmişlerdir. Katılımcıların %80-81'lik oranı ara öğünü atladıkları cevabını verirken en fazla ara öğün atlama nedeni olarak alışkanlıklarının

olmaması gösterilmiştir. Katılımcıların yeterli ve dengeli beslendiklerini düşünmeleri ile ana ve ara öğün tüketme alışkanlıkları arasındaki ilişki istatistiksel olarak önemli bulunmuştur.

Ceza infaz kurumları tarafından verilen beslenme hizmetlerinin hassasiyeti ve özeni hem hükümlü/tutukluların iç huzurunun sağlanması hem de kurumda görev yapan personelin hizmet verimliliğinin artırılması ve aynı zamanda adli ve idari bazı problemlerin ortaya çıkmadan önlenmesi açısından büyük önem taşımaktadır. Hem personel hem de hükümlü/tutukluların yeterli ve dengeli beslenmelerini sağlamak amacıyla konu ile ilgili seminerler düzenlenip bilgilendirmeler yapılabilir. Bu çalışmanın ceza infaz kurumlarında beslenme konusunda yapılabilecek iyileştirmeler açısından ön bilgi sunacağı düşünülmektedir.

## KAYNAKLAR

- Adalet Bakanlığı., 2006, "Ceza İnfaz Kurumlarının Yönetimi ile Ceza ve Güvenlik Tedbirlerinin İnfazı Hakkında Tüzük". Ankara: Adalet Bakanlığı.
- Adalet Bakanlığı., 2018, Ceza ve Tevkifevleri Genel Müdürlüğü. Ceza İnfaz Kurumları Genel Bilgi: <http://www.cte.adalet.gov.tr/> (Erişim tarihi: 10 Kasım 2018)
- Anonim., 2010, Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü.
- Arlı, M., Şanlıer, N., Küçükkömürler, S. ve M. Yaman. 2017. Anne ve çocuk beslenmesi. Pegem Akademi, 43-44.
- Ayhan, D., Kahveci, R., Koç, E.M., Sencan, İ., Kasım, İ., Özkara, A. ve S. Güler. 2012. Ceza İnfaz Kurumlarında Diyabet Yönetimi. Ankara Medical Journal, 12(4): 199-204.
- Bilici, S. 2012. Toplu Beslenme Sistemleri Çalışanları için Hijyen El Kitabı. Gazi Üniversitesi-Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü, 2012, Ankara.
- Büyükçavuşoğlu, Ö. 2011. Afyonkarahisar Devlet Hastanesi'nde Ayakta Tedavi Gören Obez Yetişkin Hastaların Beslenme Bilgi Düzeylerinin Ve Beslenme Alışkanlıklarının Saptanması. Yüksek Lisans Tezi. Afyon: Afyon Kocatepe Üniversitesi.
- Coyle, A. 2002. Cezaevi Yönetimine İnsan Haklarını Göz Önüne Alan Bir Yaklaşım. Uluslararası Cezaevi Araştırmaları Merkezi, United Kingdom.

- Demir, G. 2011. Ceza İnfaz Kurumu Kütüphaneleri ve Türkiye'de Durum, Basılmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Koyuncu, M., Uzmay, A. ve G. Çınar. 2014. Gençlerin Organik Süt Tüketme Olasılığı; Ege Üniversitesi Araştırması. Ege Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi, 51(3): 219-227.
- Ma, Y., Bertone, E., Stanek, S., Reed, G., Hebert, J., Cohen, N. and I. Ockene. 2003. Association Between Eating Patterns and Obesity in a Freelifing US Adult Population. American Journal of Epidemiology, 158(1): 85-92.
- Mendeş, E. 2011. Puberte (Adölesan) Dönemi Çocuklarda Beslenme Alışkanlıkları ile Fiziksel Aktivite İlişkisinin incelenmesi. Gaziantep: Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Onurlubaş, E., Doğan, H.G. ve S. Demirkıran. 2015. Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları. Gaziosmanpaşa Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi, 32(3): 61-69.
- Öztek, Z. 2012. Ceza İnfaz Kurumlarında Sağlık Hizmetleri El Kitabı. Ankara: Şen Matbaa.
- Rakıcıoğlu, N., Dikmen, D. Ve E. Özpay. 2003. Sigara İçen ve İçmeyen 19-24 Yaş Arası Bireylerin Taze Sebze-Meyve Tüketim Tercihleri ile Beslenme Durumlarının Değerlendirilmesi. Beslenme ve Diyet Dergisi, 32(1): 13-24.
- Yurtseven, E., Eren, F., Vehid, S., Köksal, S., Erginöz, E. Ve M.S. Erdoğan. 2014. Beyaz Yakalı Çalışanların Beslenme Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi. Kocatepe Medical Journal, 15(1): 20-26.