



Original Research / Orijinal Araştırma

Determination of Body Image and Perceived Stress Levels of Mothers During Breastfeeding

Emzirme Sürecindeki Annelerin Beden İmajı ve Algılanan Stres Düzeylerinin Belirlenmesi

Gülsün Ayran¹, Sevil Karahan Yılmaz²

Abstract

Background: This research was carried out to determine the body image and perceived stress levels of mothers who have 0-6 months old babies during the breastfeeding process. **Methods:** This cross-sectional study was conducted with 406 mothers with 0-6 month old babies who came to the pediatric outpatient clinic for examination. Data were collected with a questionnaire consisting of a questionnaire, Perceived Stress Scale and Body Perception Scale. In the evaluation of the data; percentage, means, Independent Samples T-test, One-way ANOVA test, and correlation analysis were used. **Results:** A statistically significant difference was found between the age groups, educational status, job status, income status, number of children, family type, Body Mass Index classification, and the mean scores of the Perceived Stress Scale of the mothers participating in the study ($p<0.05$). A statistically significant difference was found between age groups, educational status, job status, income status, number of children, family type, Body Mass Index classification and any diet application status and Body Perception Scale mean scores ($p<0.05$). It was determined that the duration of exclusive breastfeeding was positively weakly correlated with Body image ($r=0.26$) and weakly negatively correlated with Perceived Stress ($r=0.27$) ($p<0.05$). **Conclusion:** It was determined that as the perceived stress level of mothers increased, body image and the duration of feeding their babies with only breast milk decreased.

Key words: Perceived stress, body image, breastfeeding, exclusive breastfeeding.

Özet

Giriş: Bu araştırma 0-6 aylık bebeği olan emzirme sürecindeki annelerin beden imajı ve algılanan stres düzeylerini belirlemek amacıyla yapılmıştır. **Yöntem:** Kesitsel ilişki arayıcı nitelikte olan bu çalışma, çocuk polikliniğine muayene için gelen 0-6 aylık bebeği olan 406 anne ile yapılmıştır. Veriler soru formu, Algılanan Stres Ölçeği ve Beden Algısı Ölçeğinden oluşan anket formu ile toplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde; yüzdeler, ortalamalar, Independent Samples T-test, One-way ANOVA testi ve korelasyon analizinden yararlanılmıştır. **Bulgular:** Araştırmaya katılan annelerin yaş grupları, eğitim durumu, iş durumu, gelir durumu, çocuk sayısı, aile tipi ve Beden Kütle İndeksi sınıflandırması ile Algılanan Stres Ölçeği puanlarının ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Yaş grupları, eğitim durumu, iş durumu, gelir durumu, çocuk sayısı, aile tipi, Beden Kitle İndeksi sınıflandırması ve herhangi bir diyet uygulama durumu ile Beden Algısı Ölçeği puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur ($p<0.05$). Sadece anne sütü ile besleme süresinin beden algısı ($r=0.26$) ile pozitif yönde zayıf düzeyde ve algılanan stres ile ($r=0.27$) negatif yönde zayıf düzeyde ilişkili olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$). **Sonuç:** Annelerin algıladıkları stres düzeyi arttıkça beden algısı ve bebeklerini sadece anne sütü ile besleme süresinin azaldığı saptanmıştır.

Anahtar kelimeler: Algılanan stres, beden imajı, emzirme, sadece anne sütü.

Geliş tarihi / Received: 07.01.2022 Kabul tarihi / Accepted: 27.10.2022

¹Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi / Türkiye

²Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi / Türkiye

Address for Correspondence / Yazışma Adresi: Gülsün Ayran, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Türkiye
gulsun_ayran@hotmail.com

Ayran G, Karahan Yılmaz S. Determination of Body Image and Perceived Stress Levels of Mothers During Breastfeeding. TJFMPC, 2022;16(4): 813-822

DOI: 10.21763/tjfm.1054664

Giriş

Anne sütü, yeni doğan bebeğin sağlığını ve huzurunu sürdürmek için kritik bir öneme sahiptir.¹ Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), tüm bebeklerin hayatlarının ilk altı ayı boyunca Sadece Anne Sütü (SAS) ile beslenmesini önermektedir.² Buna rağmen tüm dünyada ve ülkemizde SAS ile beslenme oranı hala istenilen düzeyde değildir. Dünyada ilk altı ay boyunca SAS ile beslenme oranı %44,0 iken, Türkiye’de ise bu oran %41,0’dır.^{3,4} Bu durum göz önüne alındığında, kadınların emzirme ile ilgili deneyimlerini değerlendirmek önem arz etmektedir.⁵

Emzirme, kadınların vücutlarını etkileyen fiziksel bir deneyimdir.⁵ Emziren anneler genellikle gebelik süresince aldığı kiloları verme, emzirme süresince kilo almama ve hamilelik öncesi vücut şekillerine geri dönme arzusundadırlar. Bunun nedeni bir taraftan birçok kadın kariyer, güzellik ve çocuk yetiştirme baskısı altında iken diğer taraftan dış görünüşe odaklanan 'süper kadın' düşüncesinin olduğu Batı toplumlarında beden imajının gittikçe artan bir öneme sahip olmasıdır.⁶ Hamilelik genel olarak kadınları, sosyokültürel açıdan zayıflığı vurgulayan vücut ideallerinden uzaklaştırır ve kadınların emzirme döneminde hamilelik öncesi vücut şekline ve kilosuna mümkün olduğunca erken dönmeleri yönünde baskıları artırır.^{7,8} Kilo vermeye yönelik bu baskı, hamilelikten sonra yüksek düzeyde vücut imajı kaygısına neden olabilir.⁸ Vücut şekli veya kilo kaygısı olan ve emziren kadınlar bebeklerini daha erken süttten kesme eğiliminde olabilmektedirler.^{9,10} Hamilelik ve emzirmenin meme şekilleri üzerindeki etkisinden ve bu dönemde odağın biçimden (görünüş, cinsel bir nesne) işleve (emzirme isteği veya yeteneği) kaymasından endişe duyarlar.¹¹ Ayrıca bazı kadınlar da emzirmeye bağlı meme şeklinin değişeceğinden dolayı (örneğin emzirmenin memelerde sarkmaya neden olacağından) endişe duyduklarını bildirmişlerdir. Dolayısıyla beden imajı kaygıları yüksek olan kadınlar endişe duyabilir, bu nedenle emzirme süresini kısaltabilir veya emzirmek istemeyebilirler.⁵ Bununla birlikte, beden imajı sorunlarının yanı sıra yetersiz emzirme, emzirme sırasında bebeği konumlandırmada zorluk ve anne sütünün yetersiz salgılanması gibi diğer emzirme faktörlerinin de rol oynayabileceği öne sürülmüştür.⁸ Doğum sonrası kadınlar, gebelik öncesi kilolarına hızlı bir şekilde geri dönemedikleri, beden imajına ilişkin olumsuz değerlendirildikleri ve beden imajından memnun olmadıkları için yetersizlik duygusu yaşarlar ve bu durum da kişiyi psikolojik açıdan savunmasız hale getirir.^{12,13} Stres, fiziksel veya psiko-duygusal olabilir ve emziren annelerde emzirmenin başlatılmasını, sürdürülmesini ve anne sütünün salgılanmasını olumsuz yönde etkiler.¹⁴ Doğum sonrası kadınlarda beden imajı ve stresin emzirme süreci üzerindeki etkisine ilişkin algıları da dikkate alınması gereken önemli bir faktördür.

Bu nedenle bu araştırma 0-6 aylık bebeği olan emzirme sürecindeki annelerin beden imajı ve algılanan stres düzeylerini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem

Araştırmanın Türü, Evreni ve Örneklemi

Kesitsel ilişki arayıcı tipte araştırma modeli ile gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın evrenini Aralık 2021 tarihinde Türkiye’nin doğusunda bir üniversite hastanesinin çocuk polikliniğine başvuran 0-6 ay arası bebeği olan anneler oluşturmaktadır. Araştırma örneklem yöntemine gidilmeden belirtilen tarihler arasında çocuk polikliniğine çeşitli nedenler ile başvuran ve çalışmaya katılmayı kabul eden annelerle (n=406) tamamlanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Soru Formu

Annelerin tanımlayıcı özellikleri (yaş, eğitim durumu, gelir durumu, çalışma durumu, aile tipi, çocuk sayısı, boyu, doğum öncesi kilosu ve doğum sonrası kilosu) ve obstetrik özelliklerine (bebeğin cinsiyeti, doğum haftası, doğum şekli, bebeğin beslenme şekli, SAS alım süresi ve planladığı emzirme süresi) yönelik toplam 17 sorudan oluşmaktadır.

Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ)

1983 yılında Cohen ve ark. tarafından geliştirilmiş, güvenilirlik çalışmasında Cronbach Alpha değeri 0.86 bulunmuştur.¹⁵ Bu çalışmada Eskin ve ark. tarafından Türkçeye uyarlanması yapılan ölçek kullanılmış, güvenilirlik çalışmasında Cronbach Alpha değeri 0.81 olarak bulunmuştur. 5’li likert tipte (0 hiç, 4 çok sık) hazırlanan ölçeğin üç maddesi ters (4.,5.,6. maddeler), beş maddesi düz ifadelidir (1.,2.,3.,7.,8. maddeler). Ölçekten toplam 0-32 arasında puan alınmakta ve algılanan stres (1.,2.,3.,7., 8. maddeler) ve algılanan baş

etme (4.,5.,6. maddeler) olmak üzere iki alt ölçeği bulunmaktadır. Ölçek hem toplam puan hem de alt ölçek puanları üzerinden değerlendirilmektedir. Toplam puanın yüksek olması algılanan stres düzeyinin yüksek olması anlamına gelmektedir. Alt ölçeklerden alınan puanların yüksekliği ise olumsuz bir durumdur.¹⁶

Beden Algısı Ölçeği (BAÖ)

Ölçek Secord ve Jourard¹⁷ tarafından geliştirilmiştir. Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirliğini Hovardaoğlu¹⁸ gerçekleştirmiştir. Beşli likert tipte (1='Hiç beğenmiyorum', 2='Beğenmiyorum', 3='Kararsızım', 4='Beğeniyorum' ve 5='Çok beğeniyorum') olan 40 maddelik bir ölçektir. Ölçek beden bölümlerine ilişkin veya bedenin işlevleri ve kişinin beğeni düzeyini ölçmeyi amaçlamaktadır. Değerlendirme toplam puanlarla (40 ile 200 arası) yapılmaktadır. Toplam puanın yüksekliği kişinin bedenine ilişkin doyum düzeyinin yüksek olduğunu gösterirken, kesme noktasının (135) altındaki puanlar beden algısına ilişkin doyumun düşüklüğüne işaret etmektedir. Hovardaoğlu¹⁸ tarafından bildirilmiş olan Cronbach Alfa katsayısı 0.91'dir.

Verilerin Toplanması

Araştırmanın yapılabilmesi için öncelikle gerekli yazılı izinler alınmıştır. Çocuk polikliniğine muayene için gelen 0-6 ay arası bebeği olan annelere 'Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu' aracılığıyla araştırma hakkında bilgi verilmiştir. Daha sonra açık uçlu soruların, Beden Algısı Ölçeğinin ve Algılanan Stres Ölçeğinin yer aldığı anket formu yüz yüze görüşme tekniği ile uygulanmıştır. Anket formlarının doldurulması ortalama olarak 10-15 dakika sürmüştür.

Boy Uzunluğu Ölçümü: Annelerin boy uzunluğu 0.5 cm duyarlıkla ölçüm yapan sabit stadiometre kullanılarak, ayakta ve dik, dümdüz karşıya bakarak ve başın Frankfort düzleminde olmasına dikkat edilerek ayakkabısız, ayaklar topuklarla birlikte duvara degecek şekilde ölçülmüştür.

Vücut Ağırlığı Ölçümü: Tartı aletinin koyulacağı yerin düz ve sert olmasına dikkat edilerek, $\pm 0,1$ kg duyarlıkla ölçüm yapan bir tartıyla (DENSİ-S200) ağırlık ölçümleri yapılmıştır. Annelerin üzerlerinde en az düzeyde giysi bulundurmalarına dikkat edilmiştir.

Beden Kütle İndeksi (BKİ): Vücut ağırlığı (kg)/ boy(metre)² formülü ile hesaplanmıştır, Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)'nün önerdiği obezite sınıflamasına göre; BKİ'nin 18.5'den az olması zayıf, 18.5- 24.9 arası normal, 25-29.9 arası fazla kilolu ve ≥ 30 obez olarak değerlendirilmiştir.¹⁹

Verilerin analizi

Verilerin istatistiksel analizinde SPSS 19.0 paket programı kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde; yüzdeler, ortalamalar, Independent Samples t-test, One-way ANOVA testi, Pearson korelasyon, çoklu doğrusal regresyon ve çoklu lojistik regresyon analizinden yararlanılmıştır. Gruplar arası fark Bonferroni testi ile tespit edilmiştir. Tüm testlerde istatistiksel önem düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Sonuçlarımızı yorumlarken çeşitli sınırlılıkların dikkate alınması gerekir. Öncelikle çalışmadan elde edilen veriler bu çalışmaya katılan anneler için geçerlidir ve topluma genellenemez. Farklı kültürleri içine alan daha büyük örneklem gruplarında çalışmanın yapılması gerekmektedir. Diğer bir sınırlılık ise veriler annelerin ifadelerine dayalı olarak toplanmıştır. Annelerin gerçek duygularını gizlemiş olabileceklerinin göz önünde bulundurulması gerekmektedir. Ayrıca algılanan stres, beden imajı ve emzirme sürecine ilişkin analizler kesitsel verilere dayanmaktadır, aralarındaki nedensel bağlantıların yönünü belirlemek için boylamsal çalışmalara ihtiyaç vardır.

Araştırmanın Etik İlkeleri

Çalışma İnsan Araştırmaları Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır (26/11/2021-09-08). Ayrıca araştırmanın yapıldığı hastaneden gerekli kurum izni alınmıştır. Tüm annelere araştırma hakkında bilgi verilerek, sözlü ve yazılı onamları alınmıştır.

Bulgular

Tablo 1. Katılımcıların demografik özelliklerine göre algıladıkları stresin ve beden algılarının değerlendirilmesi

Değişkenler	n(%)	ASÖ		BAÖ		
		X±SS	p	X±SS	p	
**Yaş	19-24 ^a	103(25.4)	18.9±10.2	<0.001	153.6±11.1	<0.001
	25-34 ^b	239(58.9)	16.8±11.1	Tamhane's	153.0±12.6	Bonferroni
	≥ 35 ^c	64(15.7)	24.6±11.8	a<c, b<c	144.9±11.1	a>c, b>c
**Eğitim durumu	İlkokul ^a	52(12.8)	28.5±12.6	<0.001	143.6±10.4	<0.001
	Ortaokul ^b	57(14.0)	21.3±10.6	Tamhane's	148.4±12.3	Bonferroni
	Lise ^c	148(36.5)	18.2±8.8	a>b>c>d	151.5±11.3	a<b<c<d
	Üniversite ve üstü ^d	149(36.7)	14.4±10.9		156.3±12.1	
***Çalışma durumu	Çalışan	70(17.2)	11.9±5.4	<0.001	106.6±10.4	<0.001
	Çalışmayan	336(82.8)	19.9±10.6		150.1±11.9	
**Gelir durumu	Gelir giderden fazla ^a	195(48.0)	15.0±10.2	<0.001	155.5±11.6	<0.001
	Gelir gidere eşit ^b	187(46.1)	20.0±10.1	Bonferroni	149.5±11.7	Bonferroni
	Gelir giderden az ^c	24(5.9)	36.2±9.8	a<b<c	140.3±12.1	a>b>c
**Çocuk sayısı	1 ^a	142(35.0)	16.8±11.3	<0.001	155.9±12.0	<0.001
	2 ^b	158(38.9)	16.3±9.9	Tamhane	152.8±11.3	Bonferroni
	≥3 ^c	106(26.1)	28.1±12.7	a<c, b<c	147.9±11.0	a>c, b>c
***Aile tipi	Çekirdek aile	378(93.1)	27.8±10.9	<0.001	152.5±12.1	<0.001
	Geniş aile	28(6.9)	17.8±11.1		143.5±12.4	
**Beden kütle indeksi sınıflaması	Zayıf (≤18.5) ^a	5(1.2)	13.4±7.3	0.001	154.2±15.2	<0.001
	Normal (18.5-24.9) ^b	152(37.4)	18.1±12.0	Bonferroni	156.9±10.1	Bonferroni
	Hafif kilolu (25.0-29.9) ^c	168(41.4)	17.1±10.4	b<d, c<d	153.2±9.9	a>d, b>c,
	Obez (≥30) ^d	81(20.0)	22.9±10.8		139.5±12.4	b>d, c>d
***Herhangi bir diyet uygulama durumu	Evet	42(10.3)	16.8±11.8	0.305	144.7±16.3	<0.001
	Hayır	364(89.7)	18.7±11.2		152.7±11.5	
				X±SS		
Yaş (yıl)				28.6±5.3		
Boy uzunluğu (cm)				163.1±5.5		
Şuanki vücut ağırlığı (kg)				71.1±12.1		
Beden kütle indeksi (kg/m²)				26.7±4.2		

X=Ortalama SS= Standart Sapma ** One-way ANOVA *** Independent Samples T-test
*p<0.001 ASÖ: Algılanan Stres Ölçeği BAÖ: Beden Algısı Ölçeği

Annelerin demografik özelliklerine göre ASÖ ve BAÖ puan ortalamalarının dağılımı Tablo 1'de verilmiştir. Araştırmaya alınan annelerin %58.9'unun 25-34 yaş aralığında olduğu, %36.7'sinin üniversite ve üstü mezunu olduğu, %82.8'inin çalışmadığı, %48.0'inin gelirinin giderinden fazla olduğu, %38.9'unun iki çocuk sahibi olduğu, %93.1'inin çekirdek ailede yaşadığı, %41.4'ünün hafif kilolu olduğu ve %89.7'sinin herhangi bir diyet uygulamadığı bulunmuştur. Ayrıca annelerin yaş ortalamasının 28.6±5.3 yıl, boy uzunluğunun 163.1±5.5 cm, şu anki vücut ağırlığının 71.1±12.1 kg ve beden kütle indeksinin 26.7±4.2 kg/m² olduğu saptanmıştır.

Tanımlayıcı özelliklerden yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, gelir durumu, çocuk sayısı, aile tipi ve beden kütle indeksi sınıflaması değişkenlerinin ASÖ puan ortalamaları üzerine etkili olduğu; yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, gelir durumu, çocuk sayısı, aile tipi, beden kütle indeksi sınıflaması ve herhangi bir diyet uygulama durumu değişkenlerinin ise BAÖ puan ortalamaları üzerine etkili değişkenler olduğu bulunmuştur (p<0.05) (Tablo 1).

Tablo 2. Annelerin obstetrik özelliklerine göre algıladıkları stresin ve beden algılarının değerlendirilmesi

Değişkenler	n (%)	ASÖ		BAÖ				
		X±SS	p	X±SS	P			
***Planlı gebelik durumu	Evet	296(72.9)	16.7±10.6	<0.001	154.4±11.5	<0.001		
	Hayır	110(27.1)	23.6±11.5		145.0±12.1			
***Doğum şekli	Normal doğum	180(42.0)	15.7±9.3	<0.001	155.4±11.3	<0.001		
	Sezeryan	236(58.0)	20.6±12.1		149.2±12.4			
***Bebeğin cinsiyeti	Erkek	180(44.3)	18.4±11.5	0.859	152.1±12.3	0.664		
	Kız	226(55.7)	18.6±11.1		151.6±12.4			
**Bebeğin beslenme şekli	SAS ^a	210(51.7)	15.4±10.1	<0.001	155.3±11.7	<0.001		
	Anne sütü+mama ^b	179(44.1)	20.9±11.2		Bonferroni		148.4±11.9	Bonferroni
	Sadece mama ^c	17(4.2)	32.8±10.9		a<b, a<c		144.4±12.1	a>b, a>c
					X±SS			
Doğum haftası					38.3±1.1			
Bebeğin yaşı (ay)					2.1±1.9			
SAS süresi (ay)					1.3±0.8			
Düşünülen emzirme süresi (ay)					21.2±7.0			

** One-way ANOVA

*** Independent Samples T-test

*p<0.001

ASÖ: Algılanan Stres Ölçeği

BAÖ: Beden Algısı Ölçeği

Annelerin emzirme sürecine ilişkin özelliklerine göre ASÖ ve BAÖ puan ortalamalarının dağılımı Tablo 2’de verilmiştir. Annelerin % 72.9’unun gebeliğini planladığını, %58’inin sezaryen doğum yaptığı, %55.7’sinin kız çocuğa sahip olduğu ve %51.7’sinin bebeğini SAS ile beslediği belirlenmiştir. Ayrıca annelerin doğum haftasının ortalama 38.3±1.1 olduğu, bebeğin yaşının ortalama 2.1±1.9 olduğu, bebeğini SAS ile besleme süresinin ortalama 1.3±0.8 olduğu ve bebeklerini ortalama 21.2±7.0 ay emzirmeyi düşündükleri saptanmıştır. Annelerin planlı gebelik durumu, doğum şekli ve bebeğin beslenme şekli değişkenlerinin ASÖ ve BAÖ puan ortalamaları üzerine etkili olduğu bulunmuştur (Tablo 2).

Tablo 3. Annelerin beden algıları ile algıladıkları stres düzeyleri arasındaki ilişki

	ASÖ	BAÖ
ASÖ	1	
BAÖ	-0.605**	1

Pearson korelasyon

**p<0.01

ASÖ: Algılanan Stres Ölçeği

BAÖ: Beden Algısı Ölçeği

Annelerin ASÖ ve BAÖ puan ortalamaları arasındaki ilişkiye yönelik uygulanan Pearson korelasyon analizi sonuçları Tablo 3’de verilmiştir. Annelerin beden algıları ile algıladıkları stres düzeyleri arasında pozitif yönde ve yüksek düzeyde ($0.60 \leq r \leq 0.79$) ilişki ($r=0.560$; $p<0.05$) olduğu saptanmıştır.

Tablo 4. Tanımlayıcı özelliklerin ASÖ Üzerindeki Etkisine ilişkin Çoklu Regresyon Sonuçları (n=406)

Model	β	Std. Error	Beta	t	p	Partial	Part	Tolerance	VIF
Constant*	-1.846	7.984		-0.231	0.817				
Yaş	0.171	0.108	0.081	1.575	0.116	0.079	0.063	0.614	1.629
Eğitim durumu	-0.991	0.643	-0.089	-1.542	0.124	-0.078	-0.062	0.488	2.050
Çalışma durumu	1.224	1.427	0.041	0.858	0.392	0.043	0.034	0.707	1.415
Gelir Durumu									
Geliri giderden fazla*geliri gidere eşit	1.313	1.936	0.029	0.678	0.498	0.034	0.027	0.853	1.172
Geliri giderinden fazla*geliri giderinden az	1.767	0.974	0.254	1.895	0.000	0.240	0.196	0.698	1.672
Geliri giderine eşit*geliri giderinden az	-1.100	0.925	-0.048	-1.189	0.235	-0.060	-0.048	0.972	1.029
Çocuk Sayısı	0.862	0.660	0.076	1.306	0.192	0.066	0.062	0.479	2.088
Aile Tipi	-0.326	0.370	-0.056	-0.882	0.378	-0.045	-0.035	0.396	2.528
Beden Kütle İndeksi Sınıflaması									
Obez*Normal	-3.507	1.293	-0.237	-2.711	0.007	-0.136	-0.109	0.210	4.751
Obez*Hafif kilolu	0.809	0.247	0.306	3.268	0.001	0.163	0.131	0.185	5.401
Bebeğin beslenme şekli									
SAS*Anne sütü + mama	-0.536	0.443	-0.086	-1.209	0.227	-0.061	-0.049	0.319	3.138
SAS*Sadece mama	-0.427	0.073	-0.268	-5.843	0.000	-0.283	-0.234	0.706	1.305
<i>Dependent Variables: ASÖ</i>		<i>ASÖ: Algılanan Stres Ölçeği</i>			<i>R: 0.609</i>				
<i>R2:0.348</i>		<i>F:16.434</i>			<i>*p:0.000 Durbin Watson:1.834</i>				

Çoklu doğrusal regresyon analizine göre algılanan stres puanları için oluşturulan model Tablo 4'te sunulmuştur. Kurulan model istatistiksel olarak anlamlıdır ($F=16.434$; $p<0.05$) ve otokorelasyon sorunu yoktur ($DW=1.834$). İkili analizlerde anlamlı ilişki saptanan bağımsız değişkenler arasından yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, gelir durumu, çocuk sayısı, aile tipi, beden kütle indeksi sınıflaması ve bebeğin beslenme şekli modelde yer aldı. Bu on iki değişken, ASÖ toplam puanındaki değişimin %34,8'ini açıklamaktadır (Düzenlenmiş $R^2=0.348$). Algılanan stres; geliri giderinden fazla olan annelere göre geliri giderinden az olan annelerde 1,767 puan ($p=0,000$), normal kilolu olan annelere göre obez olan annelerde 3,507 puan ($p=0,007$), hafif kilolu olan annelere göre obez olan annelerde 0,809 puan ($p=0,001$), bebeğini sadece anne sütü ile besleyenlere göre sadece mama ile besleyenlerde 0,427 puan ($p=0,000$) daha fazlaydı.

Tablo 5. Tanımlayıcı özelliklerin BAÖ Üzerindeki Etkisine ilişkin Çoklu Regresyon Sonuçları (n=406)

Model	β	Std. Error	Beta	t	p	Partial	Part	Tolerance	VIF
Constant*	19.373	8.125		23.565	0.122				
Yaş	-0.187	0.110	-0.081	-1.697	0.090	-0.086	-0.063	0.614	1.629
Eğitim durumu	0.366	0.654	0.030	0.559	0.576	0.028	0.021	0.488	2.050
Çalışma durumu	-3.975	1.452	-0.122	-2.737	0.006	-0.137	-0.102	0.707	1.416
Gelir Durumu									
Geliri giderden fazla*geliri gidere eşit	0.400	1.971	0.008	0.203	0.839	0.010	0.008	0.853	1.172
Geliri giderinden fazla*geliri giderinden az	-3.744	0.991	-0.182	-3.778	0.000	-0.188	-0.141	0.698	1.672
Geliri giderine eşit*geliri giderinden az	-0.572	0.672	-0.046	-0.852	0.395	0.043	-0.032	0.479	2.088
Beden Kütle İndeksi Sınıflaması									
Obez*Normal	-1.385	0.252	-0.477	-5.500	0.000	-0.268	-0.205	0.185	5.401
Obez*Hafif kilolu	1.256	1.316	0.078	0.954	0.341	0.048	0.036	0.210	4.751
Herhangi bir Diyet Uygulama Durumu	3.021	1.680	0.074	1.798	0.073	0.091	0.067	0.812	1.231
Bebeğin beslenme şekli									
SAS*Anne sütü + mama	0.832	0.942	0.033	0.883	0.378	0.045	0.033	0.972	1.029
SAS*Sadece mama	0.735	0.376	0.116	1.952	0.001	0.098	0.073	0.396	2.528

Dependent Variables: BAÖ
R2:0.436 F:23.350

BAÖ: Beden Algısı Ölçeği
*p:0.000 Durbin Watson:1.875

R: 0.675

Çoklu doğrusal regresyon analizine göre beden algısı ölçeği puanları için oluşturulan model Tablo 5'te sunulmuştur. Kurulan model istatistiksel olarak anlamlıdır (F=23.350; p<0.05) ve otokorelasyon sorunu yoktur (DW=1.875). İkili analizlerde anlamlı ilişki saptanan bağımsız değişkenler arasından yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, gelir durumu, beden kütle indeksi sınıflaması, diyet yapma durumu ve bebeğin beslenme şekli modelde yer aldı. Bu on bir değişken, BAÖ toplam puanındaki değişimin %43,6'sını açıklamaktadır (Düzenlenmiş R2=0.436). Beden algısı doyumu; çalışan annelerde çalışmayan annelere göre 3,975 puan (p=0,006), geliri giderinden fazla olan annelere göre geliri giderinden az olan annelerde 3,744 puan (p=0,000), normal kilolu olan annelere göre obez olan annelerde 1,385 puan (p=0,000), bebeğini sadece anne sütü ile besleyenlere göre sadece mama ile besleyenlerde 0,735 puan (p=0,001) daha fazlaydı.

Tartışma

Doğum sonrası süreç, hem annelik rolüne ilişkin beklentilerin artması hem de doğum sonrası fiziksel değişikliklerin olması nedeniyle anneler için duygusal mücadeleyi beraberinde getirmektedir.¹⁴ Bu duygusal mücadele emziren annelerde sorun yaratarak, emzirmenin başlangıcını bozar ve sürdürülmesindeki başarısını etkiler.¹⁴ Literatür incelendiğinde ilk 6 ay annelerin beden imajı ve algıladıkları stres düzeylerinin emzirme sürecine etkisini ele alan sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır.^{11,20-22} Bu nedenle bu çalışma 0-6 aylık bebeği olan emzirme sürecindeki annelerin beden imajı ve algılanan stres düzeylerini belirlemek amacıyla yapılmış olup elde edilen veriler literatür doğrultusunda tartışılmıştır.

Çalışma da geliri giderinden az olan annelerin geliri giderinden fazla olanlara göre algıladıkları stres düzeyinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Gelir düzeyi düşük aileler hamilelik, doğum ve doğum sonrası dönemlerde ortaya çıkan artan harcamalardan daha derinden etkilenmekte, bu durum stres düzeyini artırmaktadır.²³ Literatür de doğum sonrası düşük gelir düzeyine sahip olan kadınların stres düzeylerinin daha yüksek olduğu bildirilmektedir.²⁴⁻²⁶

Literatürde eğitim seviyesi ve gelir düzeyi yüksek, çalışan, çocuk sayısı az ve çekirdek aileye sahip genç kadınların görünümünden daha çok memnun oldukları bildirilmektedir.^{5,12,27} Beden algısı üzerinde etkili olan değişkenlerin gelir durumu, çocuk sayısı ve BKİ olduğu bulunmuştur. Çalışmada beden imajı üzerinde etkili olan sosyo-demografik değişkenleri incelemek, doğum sonrası dönemde özellikle savunmasız olan grupları belirlemek açısından önemli veriler sunmaktadır. Ayrıca bu çalışma sonuçlarına dayanarak farklı örneklem gruplarıyla yapılacak olan gelecekteki çalışmalar, model uyumunun test edilmesini de içermelidir. Çalışma sonuçlarına göre bazı değişkenlerin stres düzeyleri üzerinde etkili olduğu saptanmıştır. Bu sonuçlar literatürdeki diğer sonuçları desteklemektedir.²⁸⁻³⁰ Kanıta dayalı bir çalışma da emzirmenin, bebekler ve anneler arasında temel, hassas ilişkileri kurulmasını sağlayan bir olgu olduğu bildirilmektedir.³¹ Bu çalışmada emziren annelerde algılanan stres düzeyinin daha düşük olması, emziren annelerin bebekleriyle daha fazla ten tene temas kurmaları ve kendilerini daha iyi hissetmeleri ile açıklanabilir. Bebeklerini mama ile besleyen annelerin sütünün yetersiz olması ya da hiç olmamasından dolayı hem kendilerini suçlu hissetmeleri hem de mamanın getirmiş olduğu ekonomik yük nedeniyle kendilerini ekstra stresli hissetmiş olabilirler. Yapılan kalitatif bir çalışmada, sezaryen sonrası beş hafta boyunca kadınlarda yara iyileşmesi, enjeksiyonlar ve damar yoluna intraket yerleştirilmesi gibi terapötik müdahaleler, sindirim ve beslenme sorunları, bebeği emzirme sırasında hareket kısıtlılığının olması ve vücut fonksiyonlarında azalma gibi faktörlerin beden algısında azalmaya neden olduğu bulunmuştur.³² Ayrıca beden algısına ilişkin teorik ilkeler, yalnızca bedenin görünümü için değil, aynı zamanda işlevi için de geçerlidir; yani emzirme aynı zamanda kişinin vücudunun yapabildikleriyle ilgili gurur ve başarı duygularını ortaya çıkarıp, kadınların vücut işlevselliğine odaklanarak beden algısı düzeylerini artırabilir.⁵ Bu araştırmada bebeğini SAS ile besleyen annelerin beden algısı düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Hamilelikle birlikte artan kilo artışı nedeniyle kadınlar zayıf sınırındaki vücut idealinden uzaklaşırlar. Bu durum fazla kilolu ya da obez kadınlarda bedenlerine ilişkin memnuniyetin azalmasına neden olur. Kadınlarda beden algısının azalması stres düzeyinin artmasına yol açar. Bu çalışma ve literatürdeki diğer çalışmalar, olumlu beden imajının sadece ruh sağlığı için değil, aynı zamanda emzirme gibi hem kadını hem de çocuğunu etkileyen davranışlar için koruyucu olabileceği fikrini destekliyor.^{11,27,30,33,34}

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışma 0-6 aylık bebeğe sahip olan emzirme sürecindeki annelerin beden imajı ve algılanan stres düzeyleri ile etkileyen faktörlere yönelik önemli veriler sunmaktadır. Çalışma sonuçlarımıza göre: Annelerin beden doyumları arttıkça, stres düzeyleri azalmaktadır. Geliri giderinden az olan ve bebeğini sadece mama ile besleyen obez annelerde stres algısı daha fazladır. Çalışmayan, geliri giderinden az olan ve bebeğini yalnızca hazır mama ile besleyen obez annelerde beden doyumu daha düşüktür. Farklı örneklem gruplarında bu faktörlerin etkisini ele alan çalışma sayısının artırılması gereklidir.

Çıkar Çatışması

Yazarlar arasında çıkar çatışması yoktur.

Teşekkür

Çalışmaya katılan tüm katılımcılara teşekkür ederiz.

Finansal Destek

Araştırmamızda finansal destek bulunmamaktadır.

Kaynaklar

1. El-Houfey DAA. Factors that influence exclusive breastfeeding: A literature review. Int J Nurs Didact 2017;7(11):24-31. doi:10.15520/ijnd.2017.vol7.iss11.264.24-31

2. Xu H, Marshall S, Jones JM, Phongsavan P, Wen LM. Modifiable predictors of breastfeeding status and duration at 6 and 12 months postpartum. *Birth* 2021;1-10. doi:10.1111/birt.12578
3. Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü. 2018; Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması. http://www.openaccess.hacettepe.edu.tr:8080/xmlui/bitstream/handle/11655/23356/2018_TNSA_Ozet_Rapor.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Erişim: 7.12.2021
4. World Health Organization. 2021; Infant and young child feeding. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>. Erişim: 7.12.2021
5. Gillen MM, Markey CH, Rosenbaum DL, Dunaev JL. Breastfeeding, body image, and weight control behavior among postpartum women. *Body Image* 2021;38:201-209. doi:10.1016/j.bodyim.2021.04.006
6. Schalla SC, Witcomb GL, Haycraft E. Body Shape and Weight Loss as Motivators for Breastfeeding Initiation and Continuation. *Int J Environ Res Public Health* 2017;14(7):754. doi:10.3390/ijerph14070754
7. Flores TR. Prepregnancy weight excess and cessation of exclusive breastfeeding : a systematic review and meta-analysis. *Eur J Clin Nutr* 2018;480-488. doi:10.1038/s41430-017-0073-y
8. Zimmerman E, Rodgers RF, O'Flynn J, Bourdeau A. Weight-Related concerns as barriers to exclusive breastfeeding at 6 months. *J Hum Lact* 2019;35(2):284-291. doi:10.1177/0890334418797312
9. Brown A, Rance J, Warren L. Body image concerns during pregnancy are associated with a shorter breast feeding duration. *Midwifery* 2015;31(1):80-9. doi:10.1016/j.midw.2014.06.003
10. Han SY, Brewis AA. Influence of weight concerns on breastfeeding: Evidence from the Norwegian mother and child cohort study. *Am J Hum Biol* 2018;30(2):1-4 doi:10.1002/ajhb.23086
11. Swanson V, Keely A, Denison FC. Does body image influence the relationship between body weight and breastfeeding maintenance in new mothers? *Br J Health Psychol* 2017;22(3):557-576. doi:10.1111/bjhp.12246
12. Chan CY, Lee AM, Koh YW, et al. Associations of body dissatisfaction with anxiety and depression in the pregnancy and postpartum periods: A longitudinal study. *J Affect Disord* 2020;263(September 2019):582-592. doi:10.1016/j.jad.2019.11.032
13. Collings R, Hill B, Skouteris H. The influence of psychological factors on postpartum weight retention 12 months post-birth. *J Reprod Infant Psychol* 2018;36(2):177-191. doi:10.1080/02646838.2018.1424323
14. Zanardo V, Volpe F, Giustardi A, Canella A, Straface G, Soldera G. Body image in breastfeeding women with depressive symptoms: A prospective study. *J Matern Neonatal Med* 2016;29(5):836-840. doi:10.3109/14767058.2015.1020786
15. Cohen S, Kamarck T, Mermelstein T. A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior* 2016;24(4):385-396.
16. Eskin M, Harlak H, Demirkiran F, Dereboy Ç. The adaptation of the perceived stress scale into Turkish: A reliability and validity analysis. *Yeni Symp* 2013;51(3):132-140.
17. Jourard S, Secord P. Body Cathexis and Personality. *British Journal of Psychology* 1953;46:136-138.
18. Hovardaoğlu S. Vücut Algısı Ölçeğinin Güvenirlik ve Geçerlilik Çalışması. Unpublished Master Thesis, University of Ankara, Ankara, Turkey.
19. World Health Organization. Body mass index - BMI. 2000; <https://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/nutrition/a-healthy-lifestyle/body-mass-index-bmi> Erişim: 7.12.2021
20. Brown A, Rance J, Warren L. Body image concerns during pregnancy are associated with a shorter feeding breastfeeding duration. *Midwifery* 2015;31(1):80-89. doi:10.1016/j.midw.2014.06.003
21. Güney E, Uçar T. Gebelikteki beden imajının emzirme tutumu ve doğum sonu emzirme sürecine etkisi. *Zeynep Kamil Med J* 2018;49(1):49-53. doi:10.16948/zktipb.338783
22. Mancini K. Body image, eating attitudes and breastfeeding intention: implications for mental health and maternal child nurses. *Issues Ment Health Nurs* 2017;38(9):750-755. doi:10.1080/01612840.2017.1324928
23. Yağmur Y, Ulukoca N. Social support and postpartum depression in low-socioeconomic level postpartum women in Eastern Turkey. *Int J Public Health* 2010;543-549. doi:10.1007/s00038-010-0182-z
24. Mollard E, Kupzyk K, Moore T. Postpartum stress and protective factors in women who gave birth in the United States during the COVID-19 pandemic. *Womens Health (Lond)* 2021; 17:1-10 . doi:10.1177/17455065211042190
25. Jewell SL, Luecken LJ, Gress-smith J, et al. Economic stress and cortisol among postpartum low-income mexican american women : buffering influence of family support economic stress and cortisol among postpartum low-income Mexican American women : buffering influence of family support. *Behav Med* 2015;41(3):138-144. doi:10.1080/08964289.2015.1024603
26. Şahin B. Postpartum maternal travmatik stres ve bağlanma arasındaki ilişki. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi* 2021;12(3):227-236. doi:10.14744/phd.2021.57704
27. Bigman G, Wilkinson A V, Homedes N, Pérez A. Body image dissatisfaction, obesity and their associations with breastfeeding in Mexican Women, a Cross-Sectional Study. *Matern Child Health J* 2018;22(12):1815-1825. doi:10.1007/s10995-018-2583-1
28. Duran S, Kaynak S, Karadaş A. The relationship between breastfeeding attitudes and perceived stress levels of Turkish mothers. *Scand J Caring Sci* 2020;34(2):456-463. doi:10.1111/scs.12749
29. Mizuhata K, Taniguchi H, Hikita N, Shimada M, Morokuma S. Effects of breastfeeding on stress measured by saliva cortisol level and perceived stress. *Asian/Pacific Isl Nurs J* 2020;5(3):128-138. doi:10.31372/20200503.1100
30. Hartley E, Hill B, Bailey C, Fuller-Tyszkiewicz M, Skouteris H. The associations of weight status and body attitudes with depressive and anxiety symptoms across the first year postpartum. *Women's Heal Issues* 2018;28(6):530-538. doi:10.1016/j.whi.2018.07.002
31. Hallowell SG, Froh EB, Spatz DL. Human milk and breastfeeding: An intervention to mitigate toxic stress. *Nurs Outlook*

2017;65(1):58-67. doi:10.1016/j.outlook.2016.07.007

32. Tavakoli M, Hasanpoor-azghady SB. Predictors of mothers' postpartum body dissatisfaction based on demographic and fertility factors. *BMC Pregnancy and Childbirth* 2021;21(1):1-8.

33. Lyons S, Currie S, Peters S, Lavender T, Smith DM. The association between psychological factors and breastfeeding behaviour in women with a body mass index (BMI) ≥ 30 kg m⁻² : a systematic review. *Obes Rev* 2018;19(7):947-959. doi:10.1111/obr.12681

34. Erbil N, Şenkul A, Başara GF, Sağlam Y, Gezer M. Body Image Among Turkish Women During the First Year Postpartum. *Health Care Women Int* 2012;33(2):125-137. doi:10.1080/07399332.2011.603977