

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE MEDYANIN BESİN SEÇİMİ VE BESLENME ALIŞKANLIKLARI ÜZERİNE ETKİSİ

*Doç.Dr. Hilal YILDIRAN, *Araş.Gör. Elif ÇELİK, *Doç.Dr. Makbule GEZMEN-KARADAĞ

* Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü

Giriş: Günümüzde, dünya genelinde olduğu gibi Türkiye’de de televizyon, internet, gazete, dergi ve radyo gibi farklı kitle iletişim araçları, bireylerin beslenme ve sağlık gibi birçok konuda bilgi sahibi olmalarında önemli rol oynamaktadır. Bu nedenle bu çalışma üniversite öğrencilerinde medyanın besin seçimi ve beslenme alışkanlıkları üzerine etkisini saptamak amacıyla yapılmıştır.

Metot: Çalışmaya Ankara ili devlet üniversitelerinde eğitim gören 656 kadın öğrenci alınmıştır. Araştırmaya gönüllü olarak katılan bireylere ilişkin veriler yüz yüze görüşülerek doldurulan anket formu ile elde edilmiştir. Bu anket formu ile bireylere ait genel bilgiler ve beslenme açısından etkilendiği medya kaynaklarını içeren sorulardan oluşmaktadır. İstatistiksel analiz SPSS 15.0 (Statistical Programme Social Sciences) paket programı ile yapılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde kalitatif (nitel) veriler için sayıları ve yüzdeleri verilmiştir.

Bulgular: Kadın öğrencilerin besin reklamlarından en çok etkilendiği medya kaynakları sırasıyla %54.9 oranında televizyon ve %34.0 oranında internettir. Bireylerin besin reklamlarından en az etkilendiği kaynak ise radyo (%0.3)dur. Bireylerin medya kaynaklarını takip etme sıklıklarına bakıldığında; her gün yararlanılan kaynağın en yüksek oranla internet (%31.6) olduğu görülmüştür. Bireylerin %40.1’i medyayı güncel bulduğu için takip ettiğini belirtirken, %27.3’ü sağlıklı beslenmeyi öğrenmek ve %26.3’ü sağlığını korumak amacıyla takip ettiğini belirtmiştir.

Sonuç: Medyada yer alan beslenme ile ilgili haber, makale ve besin reklamlarının bireylerin besin tüketimlerini ve beslenme alışkanlıklarını etkilediği gösterilmiştir. Bu nedenle bireylere sağlıklı beslenme konularında verilen mesajlara dikkat edilmesi ve bireylere doğru mesajlar verilerek bilgilendirilmeleri önemlidir.