

Toplu Beslenme Kurumlarında Çalışan Bireylerin Obezite, Beden Algısı Düzeyleri ve Yeme Tutumu Değerlerinin İncelenmesi

Elif DEMİR

İstanbul Aydın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü,
Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı
elifdemir7@stu.aydin.edu.tr
ORCID: 0000-0001-6934-6411

Haydar ÖZPINAR

İstanbul Aydın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü,
Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı
haydarozpinar@aydin.edu.tr
ORCID: 0000-0003-3846-9907

Geliş tarihi / Received: 09.08.2023

Kabul tarihi / Accepted: 08.10.2023

Öz

Obezite, benlik algısının bir unsuru olan beden algısını bozarak bireylerin beden memnuniyetsizliği geliştirmesine ve buna bağlı olarak yeme davranışlarında olumsuz tutumlar sergilemesine neden olabilmektedir. Bu araştırmada, İstanbul Avrupa bölgesinde bulunan özel bir toplu beslenme kurumunda çalışan bireylerin obezite, beden algısı ve yeme tutumlarının incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırma, 105'i yemek hazırlama ile direkt ilişkili aşçılık mesleklerine sahip, 200'ü yemek hazırlama ile direkt ilişkisi bulunmayan diğer toplu beslenme çalışanlarından olmak üzere 18-65 yaşları arasında toplam 305 kişi üzerinde yürütülmüştür. Toplu beslenme kurumunda çalışan bireylerin genel bilgilerini saptayabilmek amacıyla sosyodemografik form, obezite düzeylerini belirleyebilmek için antropometrik ölçümler, beden algısı durumlarını saptayabilmek için çok yönlü beden-benlik ilişkileri ölçeği, yeme tutumunu saptayabilmek amacıyla Hollanda yeme davranışı anketi uygulanmıştır. Araştırmada elde ettiğimiz verilere göre aşçı grubunun %20'sinin obez olduğu görülmüştür. Diğer grubun %13'ünün obez olduğu görülmüştür. Aşçı grubunda bulunan bireylerin çok yönlü beden-benlik ilişkileri ölçeğinden aldığı puan ortalamalarının diğer gruba oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Obez olan bireylerin kısıtlayıcı yeme davranışının her iki grupta da anlamlı olarak yüksek olduğu saptanmıştır. Sonuç olarak aşçı grubunun daha yüksek obezite düzeylerine sahip olduğu ve olumsuz yeme davranışları geliştirdikleri görülmüş, ancak beden memnuniyetlerinin daha fazla olduğu saptanmıştır.

Anahtar kelimeler: : Obezite, beden algısı, yeme tutumu, toplu beslenme, aşçı

Investigation of Obesity, Body Perception Levels and Eating Attitude Values of Individuals Working in Mass Catering Organisation

Abstract

Obesity, by disrupting body perception, which is an element of self-perception, can cause individuals to develop body dissatisfaction and accordingly exhibit negative attitudes in eating behaviors. In this study, it is aimed to examine the obesity, body image and eating attitudes of individuals working in a private mass catering organisation located in the European region of Istanbul. The research was conducted on a total of 305 people aged 18-65 years, with 105 of them having culinary professions directly related to food preparation, and 200 of them being other mass catering employees who are not directly related to food preparation. Sociodemographic form was applied to determine the general information of the individuals working in the collective nutrition institution, anthropometric measurements to determine the obesity levels, the multidimensional body-self relations questionnaire to determine the body image status, and the Dutch eating behavior questionnaire to determine the eating attitude were applied. According to the data we obtained in the study, it was observed that 20% of the cook group was obese. It was observed that 13% of the other group was obese. It was determined that the mean scores of the individuals in the cook group from the multidimensional body-self relations questionnaire were higher than the other group. It was determined that the restrictive eating behavior of obese individuals was significantly higher in both groups. As a result, it was observed that the cook group had higher obesity levels and developed negative eating behaviors, but they were more satisfied with their body image.

Keywords: *Obesity, body image, eating attitude, catering, cook*

Giriş

Obezite, gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde ekonomik düzey ve eğitim statüsü farketmesizin görülmektedir (Özpinar, 2011). Tedavi alternatiflerinin artmasına rağmen önlenemez bir insidans artışına sahip olan obezite, önemli bir halk sağlığı sorunudur (Hamurcu vd., 2015; Piché vd., 2020). Ekonomik İşbirliği ve Kalkınma Örgütü'nün 2019 raporuna göre ülkemizde fazla kilolu ve obez bireyler popülasyonun %64,4'ünü oluşturmaktadır (Organisation for Economic Co-Operation and Development, 2021).

Toplu beslenme, bireylerin çağın getirdiği yaşam koşulları nedeniyle, ev dışında başkaları tarafından hazırlanan ve organize edilen yiyecek içeceklerle besin ihtiyaçlarını karşılamaları ile ilgili tüm süreçleri inceleyen bilim dalı olarak

tanımlanmaktadır. Bu hizmeti veren kuruluşlar toplu beslenme yapılan kurumlar olarak adlandırılmaktadır (Yalın Kaya ve İlhan, 2018). Toplu beslenme bireylerin sağlıklı beslenme alışkanlıklarının gelişimi ve tüketim davranışları üzerinde etkili bir sektördür (Lopez vd., 2020). Özellikle aşçı grubu, görevleri gereği gıdalar ile çok fazla iç içe çalışmaktadır. Toplu beslenme sektöründe çalışan bireylerin vardiyalı olarak, zaman baskısı altındayken yüksek iş gücü ile çalıştıkları ve çok çeşitli yemeklere ulaşımın kolaylığı nedeniyle genel olarak obez sınıfa dahil oldukları bilinmektedir. Yemek sektöründe vardiyalı çalışan bireyler üzerinde yapılan bir çalışmada katılımcıların %60'ının aşırı kilolu ya da obez olduğu bildirilmiştir (Chandrasekaran vd., 2021; Hunger ve Seibt, 2022). Yemek fabrikalarında vardiyalı olarak çalışan 50 mutfak personeli üzerinde yapılmış bir çalışma-

da Beden Kütle İndeksi ortalamalarının 27,57 kg/m² olduğu belirlenmiştir (Şehit vd., 2019). Yeme içme sektöründe çalışanların sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve kardiyometabolik risklerini belirlemek amacıyla 161 kişi üzerinde yapılmış bir çalışmada kadın katılımcıların BKİ ortalamalarının 24,23 kg/m² erkek katılımcıların ise 25,97 kg/m² olduğu belirlenmiştir (Demirezen, 2019).

Beden algısı kişinin kendi beden görünümü hakkındaki düşünceleri ve memnun olma durumu anlamına gelmektedir (Bıyıklı, 2021). Obez bireyler genellikle fiziksel görünümünden daha az memnuniyet duymakta ve bedenlerini kabul etme konusunda zorluk yaşamaktadır (Sarwer ve Polonsky, 2017). Obez bireylerde beden memnuniyetsizliği, gerçek ağırlıktan çok algılanan beden ağırlığı ile ilgili olduğu için genellikle kilo kaybetmek istemektedirler (Elçi Boğaz vd., 2019). Beden memnuniyetsizliğinden etkilenebilen yeme tutumu; bireylerin kilo kontrolünü sağlamak için sağlıklı ve bilinçsiz diyetler yapmasına, öğünlerin geçiştirilmesine, kontrolsüz tüketim yapmasına neden olarak sağlıklarını da olumsuz etkilemektedir (Cid vd., 2018; Suliga vd., 2012). Beden algısı, sağlıklı ve sağlıklı diyet davranışları arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırma 208 katılımcı üzerinde değerlendirilmiştir. Araştırma sonuçları, hem erkekler hem de kadınlar için BKİ'nin beden memnuniyeti ile ters ilişkili olduğunu göstermiştir (Markey ve Markey, 2005).

Yeme tutumu sosyal, kültürel, fiziksel, bilişsel faktörlerden etkilenebilen kişinin beslenme ile ilgili davranış, düşünce ve duygularını ifade etmektedir (Anglé vd., 2009). Obez ve fazla kilolu bireylerin batı toplumlarında idealize edilen beden formlarına ulaşmak için yanlış beslenme davranışları geliştirmesi, yeme bozukluklarına neden olmaktadır. Yemek yeme davranışlarında görülen bu durum bozulmuş yeme tutumu olarak tanımlanmaktadır. Bozulmuş yeme tutumu

sergileyen bireylerin beden ağırlığı ve görünümüyle aşırı ilgili oldukları ve normal bireylere oranla daha fazla beden memnuniyetsizliğine sahip oldukları bildirilmektedir (Bıyıklı, 2021). Kadınlarda BKİ ile yeme tutumu üzerine yapılan bir çalışmada, BKİ arttıkça olumsuz düşüncelerin artması ile olumsuz yeme davranışlarında artış olduğu bildirilmiştir (Yalçuk, 2018).

Ülkemizde toplu beslenme sistemlerinde çalışan bireylerin obezite durumu, beden algısı ve yeme tutumu değerlendirilmesi konusunda yeterince araştırma bulunmamaktadır. Bu nedenle toplu beslenme sistemlerinde çalışan aşçıların ve yemek hazırlama bölümünde çalışmayan bireylerin obezite ve beden algısı düzeylerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır.

Yöntem

Araştırmada, İstanbul Avrupa bölgesinde bulunan özel bir toplu beslenme kurumunda çalışan 18-65 yaş arasında 105'i yemek hazırlama ile direkt ilişkili aşçılık mesleklerine sahip, 200'ü yemek hazırlama ile direkt ilişkisi bulunmayan diğer toplu beslenme çalışanlarından olmak üzere toplam 305 birey üzerinde gerçekleştirilmiştir. Toplu beslenmede çalıştıkları görevlere göre ayrılan bireylerin genel bilgilerini (yaş, vücut ağırlığı, boy, cinsiyet vs.) saptayabilmek amacıyla sosyodemografik form, obezite düzeylerini anlayabilmek adına antropometrik ölçümler, beden algısı durumlarını saptayabilmek için çok yönlü beden-benlik ilişkileri ölçeği, yeme tutumunu saptayabilmek amacıyla Hollanda yeme davranışı anketi uygulanmıştır.

Bireylere genel bilgilerin sorgulandığı sosyodemografik form uygulanmıştır. Antropometrik ölçümlerden vücut ağırlıkları için TANİTA BC 730 tartı, boy ölçümleri için duvara sabitlenmiş esnek olmayan bir mezura kullanılmıştır. Antropometrik ölçümler ile bireylerde obeziteyi sınıflandırmak için BKİ kullanılmıştır. Bu indeks bireyin kilogram cinsinden vücut ağırlığının,

bireyin metre cinsinden boyunun karesine (kg/m²) bölünmesiyle elde edilmiştir. BKİ ≥ 25 fazla kilolu (pre-obez), ≥ 30 şişman (obez) olarak değerlendirilmiştir (Şahin vd., 2014). Beden imgesinin benlik ve tutumsal yönlerini incelemek için geliştirilen ‘Çok Yönlü Beden-Benlik İlişkileri Ölçeği’ (MBSRQ), 57 maddeden oluşan bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Çok yönlü beden-benlik ilişkileri ölçeği bireylerin vücudunun görünümüyle olan ilişkilerini bilişsel ve duygusal olarak çok boyutlu ölçümü için en sık kullanılan araçlardan biridir. (Izydorczyk ve Lizińczyk, 2022). Bireylerden ölçekte bulunan likert skalaya göre (1) Kesinlikle katılmıyorum, (2) Çoğunlukla katılmıyorum, (3) Kararsızım, (4) Çoğunlukla katılıyorum, (5) Kesinlikle katılıyorum seçeneklerinden kendilerine en uygun olanı işaretlenmesi istenmektedir. Bu seçenekler aynı zamanda alınacak puanları da belirlemektedir. Ölçekte bulunan 12, 13, 14, 25, 26, 27, 29, 30, 31, 33, 35, 37, 39, 40, 41 numaralı sorular ters anlatımlı olmakla birlikte bu sorular ters olarak puanlandırılmaktadır (Coşkun, 2011). Bireyler ölçekte işaretledikleri seçeneklere göre en az 57 en çok 285 puan almaktadır (Kargar ve Kızıltan, 2022).

Hollanda yeme davranışı anketi, içsel yeme davranışlarının yanında bunlardan bağımsız yemeyi de etkileyen diğer faktörleri saptamak ve obezite gelişimine katkıda bulunabilecek ya da azaltabilecek yeme davranışlarını ölçmek için geliştirilmiştir. Duygusal, dışsal ve kısıtlanmış yeme davranışlarını inceleyen 3 alt ölçeği içeren 33 maddelik bir ankettir (Morillo Sarto vd., 2019). Hollanda yeme davranışı anketinde bulunan maddeler, 5’li likert skalası ile puanlanmaktadır. Bu ölçek; (1) hiçbir zaman, (2) nadiren, (3) bazen, (4) sık, (5) çok sık şeklinde değerlendirilmektedir (Barrada vd., 2016). Anket, maddelerden alınan toplam skor üzerinden değerlendirilmemekte, alt ölçekleri kendi içerisinde değerlendirilmektedir. Anketin skorlanmasına göre bir kesim noktası bulunma-

maktadır. Alt ölçeklerin kendi içerisindeki değerlendirme puanlarının yüksek rakamlar olması yeme davranışı tutumlarının olumsuzluğunu göstermektedir. Hollanda yeme davranışı anketi Türkçe versiyonunda ilk 10 soru kısıtlı yeme, 11-23 arası duygusal yeme, 24-33 arası ise dışsal yeme tutumunu inceleyen maddelerdir (Akdevelioğlu ve Yörüsün, 2019).

Çalışma gönüllülük esasına dayanmıştır ve İstanbul Aydın Üniversitesi Rektörlüğü Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu’ndan 21.06.2023 tarih ve 2023/65 no.lu karar ile gerekli izin alınmıştır.

Veri Analizi

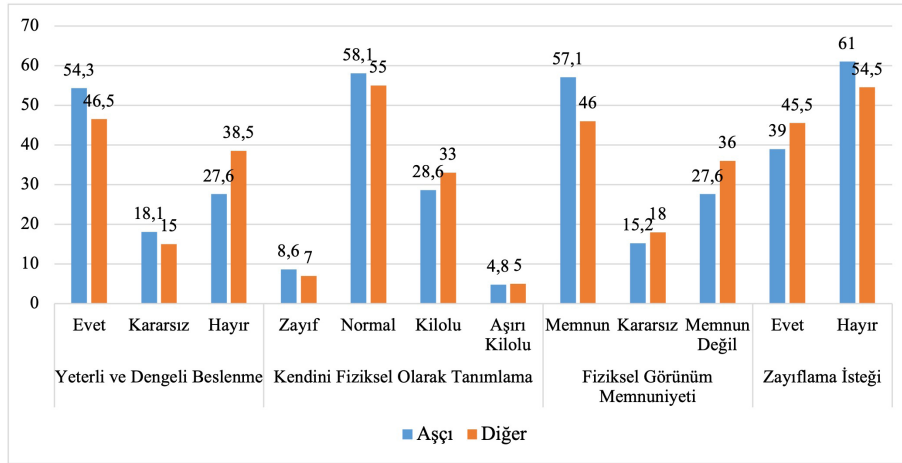
Tüm istatistiksel analizlerde SPSS 25.0 programı kullanılmıştır. Kategorik değişkenler için ortalama ve standart sapma gibi betimleyici istatistiklerden yararlanılmıştır. Normal dağılım hipotezine uygunluğunun kontrolü için çarpıklık, basıklık katsayılarına bakılmıştır ve parametrik test yöntemleri tercih edilmiştir. Normal dağılım varsayımını sağlayan değişkenlerin üç ve üzeri grup karşılaştırmalarında “Tek Yönlü ANOVA Testi” kullanılmıştır. Hollanda yeme davranışı ölçeği ve çok yönlü beden-benlik ilişkileri ölçeği ve alt boyutlarının arasındaki ilişki incelenirken parametrik test yöntemlerinden “Pearson Korelasyon” analizi tercih edilmiştir. Ulaşılan bütün sonuçların analizinde istatistiki anlamlılık $P < 0,05$ seviyesinde değerlendirilmiştir (Seçer, 2015).

Bulgular

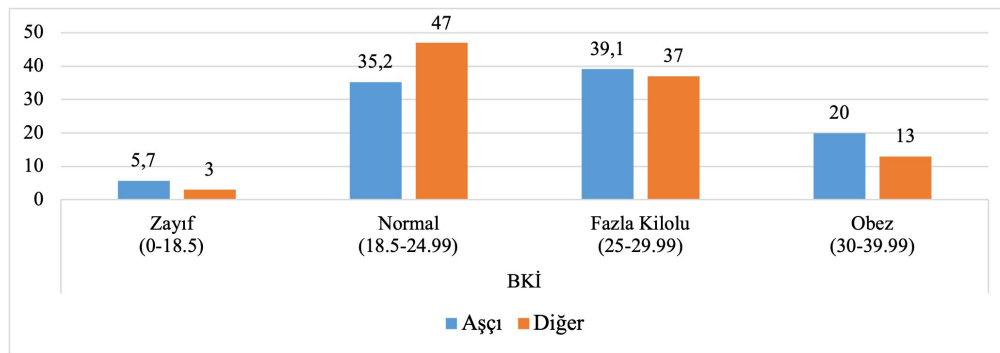
Araştırmada bulunan aşçı grubunda 36 kadın, 69 erkek; diğer grupta 119 kadın, 81 erkek olmak üzere 305 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya katılanların sosyodemografik özellikleri Çizelge 1’de sunulmuştur. Sosyodemografik formdaki değerlendirmeye göre araştırmaya katılan aşçı ve diğer grubun beslenme, fiziksel görünüm, memnuniyet ve zayıflama isteği durumlarının dağılımı Şekil 1’de sunulmuştur.

Çizelge 1*Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre dağılımları (n=305)*

Kişisel Özellikler		Aşçı(n=105)		Diğer(n=200)		Toplam (n=305)	
		f	%	f	%	f	%
Cinsiyet	Kadın	36	34,3	119	59,5	155	50,8
	Erkek	69	65,7	81	40,5	150	49,2
Yaş Durumu	19-30	34	32,3	50	25,0	84	27,54
	31-40	19	18,1	69	34,5	88	28,85
	41-50	30	28,6	41	20,5	71	23,28
	51+	22	21,0	40	20,0	62	20,33

Şekil 1*Katılımcıların beslenme, fiziksel görünüm, memnuniyet ve zayıflama isteği durumlarının dağılımı (%)*

Bu çalışmadaki 305 katılımcının BKİ dağılımları Şekil 2’de sunulmuştur.

Şekil 2*Katılımcıların beden kütle indeksi dağılımları*

Araştırmaya katılan katılımcıların, çok yönlü beden-benlik ilişkileri ölçeği ve Hollanda yeme davranışı ölçek Çizelge 2’de sunulmuştur.

Çizelge 2

Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre dağılımları (n=305)

	Aşçı (n=105)				Diğer (n=200)			
	min	maks	\bar{x}	s	min	maks	\bar{x}	s
Çok Yönlü Beden-Benlik İlişkileri Ölçeği	1,55	4,58	3,16	,92	1,53	4,42	3,14	,87
Görünüşi değerlendirme	1,17	5,00	3,14	1,09	1,00	5,00	3,14	1,06
Görünüş yönelimi	1,70	4,70	3,24	,85	1,50	4,80	3,23	,80
Fiziksel yeterliliğini değerlendirme	1,17	5,00	3,26	1,00	1,17	4,83	3,23	,93
Fiziksel yeterliliğini değerlendirme	1,17	5,00	3,26	1,00	1,17	4,83	3,23	,93
Fiziksel yeterlilik yönelimi	1,22	4,78	3,02	,94	1,22	4,67	2,96	,92
Sağlık değerlendirilmesi	1,00	4,83	3,34	,94	1,17	5,00	3,23	,95
Sağlık yönelimi	1,30	4,50	3,08	,90	1,30	4,70	3,12	,92
Beden alanlarından doyum	1,00	5,00	3,02	1,30	1,00	5,00	3,04	1,16
Hollanda Yeme Davranışı Anketi								
Duygusal yeme	13,00	65,00	32,01	14,38	13,00	65,00	33,82	13,54
Kısıtlayıcı yeme	10,00	46,00	25,95	9,84	10,00	46,00	26,81	8,95
Dışsal yeme	10,00	50,00	28,98	9,51	10,00	46,00	26,81	8,95

Çizelge 3

Çok yönlü beden-benlik ilişkileri ölçeği ve Hollanda yeme davranışları ölçeğinin bki ile ilişkisinin incelenmesi

	BKİ	n	Aşçı				Diğer				
			\bar{x}	s	f	p	n	\bar{x}	s	f	p
Çok Yönlü Beden-Benlik İlişkileri	Zayıf ^a	6	3,69	,33	3,526	,010	6	3,41	,85	8,188	,000
	Normal ^b	37	3,49	,85		a>d	94	3,47	,85		b>c,d
	Fazla Kilolu ^c	41	2,93	,93			74	2,82	,79		
	Obez ^d	21	2,85	,88			26	2,80	,72		
Hollanda Yeme Davranışı											
Duygusal yeme	Zayıf ^a	6	23,83	13,47	1,921	,113	6	20,17	6,85	4,444	,002
	Normal ^b	37	25,24	12,77			94	28,02	12,26		c>b
	Fazla Kilolu ^c	41	32,93	16,69			74	36,20	16,55		
	Obez ^d	21	33,19	15,49			26	33,84	16,21		
Kısıtlayıcı yeme	Zayıf ^a	6	22,33	12,53	2,889	,026	6	16,17	5,38	5,652	,000
	Normal ^b	37	22,97	9,16			94	22,23	9,53		d>a,b,c
	Fazla Kilolu ^c	41	25,90	10,93			74	27,72	9,54		
	Obez ^d	21	28,95	9,67			26	28,54	10,18		
Dışsal yeme	Zayıf ^a	6	28,17	5,81	2,826	,029	6	27,83	5,42	1,008	,405
	Normal ^b	37	27,76	5,76		c>d	94	28,72	4,93		
	Fazla Kilolu ^c	41	30,61	5,26			74	29,76	4,96		
	Obez ^d	21	28,76	5,53			26	27,76	5,02		

*a: Zayıf, b: Normal, c: Fazla kilolu d: 1. Derece Şişman, e: 2. Derece Şişman

Çizelge 4

Aşçı grubunun Hollanda yeme davranışı ile çok yönlü beden-benlik ilişkileri arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

Değişkenler		1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.
1.Çok Yönlü Beden-Benlik İlişkileri Ölçeği	r _p	1	,941	,849	,954	,897	,875	,952	,915	-,269	-,126	,129
	p		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,006	,199	,189
2.Görünüşi değerlendirme	r _p		1	,807	,891	,762	,766	,856	,896	-,250	-,102	,085
	p			,000	,000	,000	,000	,000	,000	,010	,301	,390
3.Görünüş yönelimi	r _p			1	,773	,702	,667	,808	,713	-,168	-,070	,153
	p				,000	,000	,000	,000	,000	,086	,480	,118
4.Fiziksel yeterliliği	r _p				1	,848	,848	,889	,843	-,307	-,189	,143
	p					,000	,000	,000	,000	,001	,054	,147
5.Fiziksel yeterlilik yönelimi	r _p					1	,823	,868	,756	-,161	-,128	,162
	p						,000	,000	,000	,100	,194	,098
6.Sağlık değerlendirilmesi	r _p						1	,816	,703	-,394	-,234	,107
	p							,000	,000	,000	,016	,275
7.Sağlık yönelimi	r _p							1	,857	-,241	-,100	,123
	p								,000	,013	,312	,210
8.Beden alanlarından doyum	r _p								1	-,203	-,017	,076
	p									,038	,860	,441
9.Duygusal yeme	r _p									1	,570	,490
	p										,000	,000
10.Kısıtlayıcı yeme	r _p										1	,461
	p											,000
11.Dışsal yeme	r _p											1
	p											

*P <0,05

Aşçı grubu ve diğer grubun Çok Yönlü Beden-Benlik İlişkileri ortalama puanları ile BKİ arasında istatistiksel olarak fark bulunmuştur ($P < 0,05$). Aşçı grubunda kısıtlayıcı ve dışsal

yeme davranışlarının farklılaşması anlamlıdır ($P < 0,05$). Diğer grubun duygusal ve dışsal yeme puanlarının farklılaşması anlamlıdır ($P < 0,05$).

Çizelge 5

Diğer grup katılımcıların Hollanda yeme davranışı ile çok yönlü beden-benlik ilişkileri arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

Değişkenler		1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.
1.Çok Yönlü Beden-Benlik İlişkileri Ölçeği	r _p	1	,947	,856	,932	,880	,880	,940	,913	-,251	-,234	,225
	p		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,001	,001
2.Görünüşü değerlendirme	r _p		1	,808	,859	,768	,787	,875	,893	-,239	-,189	,194
	p			,000	,000	,000	,000	,000	,000	,001	,007	,006
3.Görünüş yönelimi	r _p			1	,793	,670	,652	,815	,746	-,135	-,159	,255
	p				,000	,000	,000	,000	,000	,057	,024	,000
4.Fiziksel yeterliliği	r _p				1	,807	,802	,845	,819	-,221	-,203	,299
	p					,000	,000	,000	,000	,002	,004	,000
5.Fiziksel yeterlilik yönelimi	r _p					1	,817	,815	,728	-,221	-,256	,217
	p						,000	,000	,000	,002	,000	,002
6.Sağlık değerlendirilmesi	r _p						1	,798	,732	-,338	-,310	,166
	p							,000	,000	,000	,000	,019
7.Sağlık yönelimi	r _p							1	,829	-,234	-,210	,166
	p								,000	,001	,003	,019
8.Beden alanlarından doyum	r _p								1	-,199	-,167	,156
	p									,005	,018	,027
9.Duygusal yeme	r _p									1	,710	,471
	p										,000	,000
10.Kısıtlayıcı yeme	r _p										1	,427
	p											,000
11.Dışsal yeme	r _p											1
	p											

*P <0,05

Diğer grup katılımcılarının çok yönlü beden-benlik ilişkileri ölçeği seviyeleri ile kısıtlayıcı yeme ve duygusal yeme arasında anlamlı negatif yönlü bir ilişki var iken dışsal yeme ara-

sında pozitif yönlü bir ilişki vardır (P <0,05). Bununla ilgili diğer değerlendirme sonuçları Çizelge 5'te sunulmuştur.

Tartışma

Türkiye Sağlık Araştırması 2022 verilerine göre 15 yaş ve üstü obez bireylerin oranı %20,2'dir (TÜİK, 2023). Avcı ve Erdoğan (2015), 19-61 yaşları arasındaki 120 fındık fabrikası çalışanlarının sağlıklı yaşam alışkanlıkları ve obezite durumlarının değerlendirilmesi amacıyla yaptıkları çalışmada bireylerin %33,4'ünün obez olduğu görülmüştür. Oturarak çalışma koşullarının obezitenin gelişimine katkıda bulunabileceği bildirilmiştir. Aşçı ve ofis çalışanlarını karşılaştırdıkları bir çalışmada katılımcıların sırasıyla %62,2 ve %58,3 oranında fazla kilolu ve obez sınıfta olduğu bildirilmiştir (Hartung vd., 2010). Bu çalışmada ise toplam 305 kişilik incelemede BKİ'ne göre sınıflandırmada aşçı grubunun %20 obez olduğu görülmüştür. Diğer grubun %13'ünün obez olduğu görülmüştür. Mevcut çalışma TÜİK verileri ile karşılaştırıldığında aşçı grubunun obezite oranı benzer, diğer grubun daha düşük olduğu bulunmuştur.

Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması 2017'de 15 yaş ve üzerindeki bireylerin kendi bedenlerine ait düşünce ve algılarının incelemesi ile katılımcıların %9,5'inin kendilerini zayıf, %47,4'ünün normal, %43,1'inin fazla kilolu ve şişman olarak değerlendirdiği bildirilmektedir (TBSA, 2019). Çalışmamızda her iki grubun da kendini daha az zayıf, fazla kilolu ve şişman olarak tanımladığı, daha fazla normal olarak tanımladığı belirlenmiştir.

Rusticus ve Hubley (2006), en çok kullanılan beden algısı ölçütlerinden birisi olan çok yönlü beden-benlik ilişkileri ölçeğinin yaş ve cinsiyet karşılaştırmaları yapmak için kullanılabilir olup olmadığını belirlemek amacıyla 18-98 yaş grubunda 1.262 yetişkin üzerinde değerlendirme yapmıştır. Çalışma sonuçlarına göre beden algısının yaş ve cinsiyet grupları arasında farklı algılandığı ve bu ölçeğin kullanılamayacağı görülmüştür. Bu nedenle araştırmada çok yön-

lü beden-benlik ilişkileri ölçeği yaş ve cinsiyet karşılaştırmaları için kullanılmamıştır.

Coşkun'un (2011) çalışmasında vücut geliştirme sporu yapan ve düzenli olarak fiziksel aktivite yapmayan iki grup üzerinde beden algısının yeme davranışı ve besin tüketimi ile ilişkisi incelenmiştir. Deneme grubundaki bireylerin çok yönlü beden-benlik ilişkileri ölçeği puan ortalamaları 3,3 iken, kontrol grubunda 3,1'tür bulunmuştur. Deneme grubundaki bireylerin kontrol grubuna oranla daha fazla puan aldıkları için daha yüksek beden memnuniyeti gösterdikleri bildirilmiştir. Mevcut çalışmada bireylerin ölçek puan ortalama değerleri daha farklı bulunmakla beraber; aşçı grubunun daha yüksek beden memnuniyeti gösterdikleri bulunmuştur. İcingür'ün (2019) çalışmasında katılımcıların ölçek puan ortalamaları BKİ'ne göre değerlendirildiğinde zayıf ve normal olanlarda fazla kilolu ve obez olanlara göre puanları anlamlı ölçüde yüksek bulunmuştur. Mevcut çalışmada da benzer sonuçlar elde edilmiştir.

Akıllıoğlu vd. (2022) 18-63 yaş arasındaki 200 katılımcı üzerinde yaptığı çalışmada duygusal yeme alt ölçeğinin BKİ değişimiyle anlamlı ilişkisi olduğu görülmüştür. Duygusal yeme gösteren katılımcıların BKİ'inin daha yüksek olduğu bildirilmiştir. Aynı çalışmada kısıtlayıcı yeme davranışına sahip olan ve olmayan bireylerin arasında BKİ bakımından farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Elçi Boğaz vd. (2019) yılında obezite ile yeme davranışı, beden algısı ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi araştırmak için 18 yaş üstü 187 birey üzerinde inceleme gerçekleştirmiştir. Fazla kilolu ve obez olan grupta kısıtlayıcı yeme düzeyi normal gruba göre anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Duygusal ve dışsal yeme davranışları arasında ilişki bulunmamıştır. Obez bireyler ile duygusal yeme puanları arasında anlamlı ilişki olmamasına rağmen yüksek olduğu belirlenmiştir. Boriak ve

Vesnina'nın (2020) 18-25 yaşlarındaki 84 kişi üzerinde gerçekleştirdiği çalışmada fazla kilolu olan bireylerin %90'ında yeme davranışında anlamlı farklılaşma belirlenmiştir. Fazla kilolu bireylerde dışsal ve duygusal yeme davranışlarının hakim olduğu bildirilmiştir. Mevcut çalışmada Elçi Boğaz vd. (2019) incelemesinde olduğu gibi her iki grupta da kısıtlayıcı beslenme davranışları ve BKİ arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu saptanmıştır.

Elçi Boğaz vd. (2019) çalışmasında beden algısı ve duygusal yeme davranışı puanları arasında negatif yönlü korelasyon saptanmıştır. Bizim çalışmamızda da her iki grup için de benzer sonuç elde edilmiştir.

Sonuç

Toplu beslenme kurumunda çalışan aşçı grubunun BKİ düzeylerinin diğer gruba oranla daha yüksek olduğu ve bedenlerinden daha memnun oldukları belirlenmiştir. BKİ düzeylerinin yeme davranışları üzerindeki etkisi incelendiğinde, aşçı grubundaki bireylerin kısıtlayıcı ve dışsal yeme puanlarında anlamlı ilişki bulunmuştur. Diğer grubun ise duygusal ve kısıtlayıcı yeme puanlarının anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak aşçı grubunun BKİ seviyeleri yüksek olmasına rağmen beden memnuniyetinin yüksek olduğu ve bazı olumsuz yeme davranışları geliştirdikleri görülmüştür. Obezitenin önlenmesi, tanısı ve tedavisinde bedeninin doğru algılanması ve yeme davranışları üzerine etkisinin araştırılması oldukça önemlidir. Bu alanda daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır.

Kaynakça

Akdevelioğlu, Y., Yörüsün, T. Ö. (2019). Üniversite öğrencilerinin yeme tutum ve davranışlarına ilişkin bazı faktörlerin incelenmesi. *Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1), 19–28.

Akılhoğlu, T., Bas, M., Köse, G. (2022). Restraint, emotional eating and depression can be a risk factor for metabolic syndrome. *Nutrición Hospitalaria: Organo Oficial de la Sociedad Española de Nutrición Parenteral y Enteral*, 39(6), 1264–1271.

Anglé, S., Engblom, J., Eriksson, T., Kautiainen, S., Saha, M. T., Lindfors, P., Lehtinen, M., Rimpelä, A. (2009). Three factor eating questionnaire-R18 as a measure of cognitive restraint, uncontrolled eating and emotional eating in a sample of young Finnish females. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 6(1), 1–7.

Avcı, İ. A., Erdoğan, T. K. (2015). Fındık fabrikasında çalışan işçilerde obezite sıklığı ve sağlıklı yaşam alışkanlıklarının değerlendirilmesi. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 14(5), 364–369.

Barrada, J. R., Van Strien, T., Cebolla, A. (2016). Internal structure and measurement invariance of the Dutch eating behavior questionnaire (DEBQ) in a (nearly) representative Dutch community sample. *European Eating Disorders Review*, 24(6), 503–509.

Bıyıklı, M. E. (2021). *Sosyal medyanın; Yeme tutumu, duygusal yeme ve beden algısının üzerine etkisi* (Tez no. 700559) [Yüksek lisans tezi, İstanbul Okan Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Boriak, K. R., Vesnina, L. E. (2020). Relationship of the eating behavior features with anthropometric indicators and energy value of the diet in young people with normal weight and overweight. *Wiadomosci Lekarskie*, 73(12), 2586–2590.

Chandrasekaran, V. R. M., Periasamy, S., Chien, S. P., Tseng, C. H., Tsai, P. J., Liu, M. Y. (2021). Physical and psychological stress

along with candle fumes induced-cardiopulmonary injury mimicking restaurant kitchen workers. *Current Research in Toxicology*, 2, 246–253.

Cid, J. A., Ramírez, C. A., Rodríguez, J. S., Conde, A. I., Jáuregui-Lobera, I., Martín, G. H., Ríos, P. B. (2018). Self-perception of weight and physical fitness, body image perception, control weight behaviors and eating behaviors in adolescents. *Nutrición Hospitalaria: Organo Oficial de la Sociedad Española de Nutrición Parenteral y Enteral*, 35(5), 1115–1123.

Coşkun, M. N. (2011). *Vücut geliştirme sporu ile ilgilenen erkek yetişkin bireylerde beden algısının yeme davranışı ve besin tüketimi ile ilişkisi* (Tez no. 282410) [Yüksek lisans tezi, Başkent Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Demirezen, Z. (2019). *Yeme içme sektöründe çalışanların sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve kardiyometabolik risklerinin belirlenmesi* (Tez no. 721564) [Yüksek lisans tezi, Doğu Akdeniz Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Elçi Boğaz, M., Kutlu, R., Cihan, F. G. (2019). Obezite ile yeme davranışı, beden algısı ve benlik saygısı arasındaki ilişki. *Cukurova Medical Journal*, 44(3), 1064–1073.

Hamurcu, P., Öner, C., Telatar, B., Yeşildağ, Ş. (2015). Obezitenin benlik saygısı ve beden algısı üzerine etkisi. *Türk Aile Hekimliği Dergisi*, 19(3), 122–128.

Hartung, D., Stadeler, M., Grieshaber, R., Keller, S., Jahreis, G. (2010). Work and diet-related risk factors of cardiovascular diseases: Comparison of two occupational groups. *Journal of Occupational Medicine and Toxicology*, 5(4), 1–8.

Hunger, B., Seibt, R. (2022). Psychosocial

work stress and health risks—a cross-sectional study of shift workers from the hotel and catering industry and the food industry. *Frontiers in Public Health*, 10, 849310. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.849310>

Izydorczyk, B., Lizińczyk, S. (2022). Factor structure of the polish version of multidimensional body-self relations questionnaire-appearance scales (MBSRQ-PL). *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(10), 6097. <https://doi.org/10.3390/ijerph19106097>

İçingür, A. (2019). *Beden algısının yeme davranışları ve yaşam tarzına etkisi* (Tez no. 642681) [Yüksek lisans tezi, İstanbul Okan Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Kargar, A., Kızıltan, G. (2022). Üniversite Öğrencilerinde Vejetaryen Tip Beslenmenin ve Beden Benlik Algısı İlişkisi. *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi-BÜS-BİD*, 7(3), 241–252.

Markey, C. N., Markey, P. M. (2005). Relations between body image and dieting behaviors: An examination of gender differences. *Sex Roles: A Journal of Research*, 53(7/8), 519–530.

Morillo Sarto, H., Barcelo-Soler, A., Herrera-Mercadal, P., Pantilie, B., Navarro-Gil, M., Garcia-Campayo, J., Montero-Marin, J. (2019). Efficacy of a mindful-eating programme to reduce emotional eating in patients suffering from overweight or obesity in primary care settings: a cluster-randomised trial protocol. *BMJ Open*, 9(11), 031327. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-031327>

Organisation for Economic Co-Operation and Development (2021). *Country health profile 2019*. OECD. <https://www.oecd.org/health/country-health-profiles-eu.htm>

Özpinar, H. (2011). *Beslenme ve diyet temel il-*

keleri. İstanbul Tıp Kitabevi.

Piché, M. E., Tchernof, A., Després, J. P. (2020). Obesity phenotypes, diabetes, and cardiovascular diseases. *Circulation Research*, 126(11), 1477–1500.

Rusticus, S. A., Hubley, A. M. (2006). Measurement invariance of the multidimensional body-self relations questionnaire: Can we compare across age and gender? *Sex Roles: A Journal of Research*, 55(11–12), 827–842.

Sarwer, D. B., Polonsky, H. M. (2016). The psychosocial burden of obesity. *Endocrinology and Metabolism Clinics*, 45(3), 677–688.

Seçer, İ. (2015). *SPSS ve Lisrel ile pratik veri analizi*. Anı Yayıncılık.

Suliga, E., Wronka, I., Pawlińska-Chmara, R. (2012). Nutritional habits of female university students in relation to selfperception of body. *Biomedical Human Kinetics*, 4, 98–102.

Şahin, M. K., Şahin, G., Yarış, F. (2014). Obezitenin önlenmesinde diyetetik yaklaşımlar. *Türkiye Klinikleri Aile Hekimliği-Özel Konular*, 5(6), 61–67.

Şehit, K., Anul, N., Batar, N., Cin, P., Ekici, G. (2019). Vardiyalı çalışan mutfak personelinin yeme davranışı, beden kütle indeksi ve bel-kalça oranlarının değerlendirilmesi. *Sağlık ve Yaşam Bilimleri Dergisi*, 1(2), 12–18.

T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. (2019). *Türkiye beslenme ve sağlık araştırması (TBSA)*. https://bdb.hku.edu.tr/wp-content/uploads/2020/10/TBSA_RAPOR_KITAP_20.08.pdf

Türkiye İstatistik Kurumu. (2023). *Türkiye Sağlık Araştırması*, 2022. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Turkiye-Health-Survey-2022-49747>

Yalçuk, Ö. (2018). *Kadınlarda beden kitle indeksi, otomatik düşünceler ile yeme tutumları ilişkisinin incelenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Yakın Doğu Üniversitesi.

Yalım Kaya, S., İlhan, S. (2018). Toplu yemek (hazır yemek) sektöründe yaşanan problemler ve çözüm önerileri. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 553–581. –