


## İlköğretim Kademesinde Çocuğu Olan Ebeveynlerin Beslenme Bilgi Düzeyinin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi: Aksaray Örneği\*

 Mehmet CAN\*

\* Dr. Öğr. Üyesi,  
Aksaray Üniversitesi,  
mehmet23can@hotmail.com  
ORCID: 0000-0002-7985-4126

\*\* Yüksek Lisans Öğrencisi,  
Aksaray Üniversitesi,  
m.akgun68@hotmail.com  
ORCID: 0009-0001-8322-7643

### Gönderilme/ Received


29.02.2024

### Kabul Tarihi/ Accepted

29.03.2024

### Yayın Tarihi/Published

31.03.2024

 Murat AKGÜN\*\*

### Öz

Beslenme, canlıların yaşamlarını sürdürebilmeleri ve gelişebilmeleri için çevrelerinden aldıkları besin ve yiyecekleri kullanmalarına denir. Bireylerin gereksinim duydukları besin maddelerini yeterli ve dengeli oranda almaları sağlıklı beslenmeyi sağlar. Bireyin sağlıklı bir şekilde beslenebilmesi, yeterli ve dengeli beslenme ile ilgili bireysel bilgi düzeyine bağlı olarak değişebilmektedir. Ancak söz konusu çocuklar olduğunda, çocukların beslenmesinin birinci derecede ailelerin sorumluluğunda geliştiği gerçeğinden hareketle, çocukların sağlıklı bir şekilde beslenebilmesi ebeveynlerinin bilgi düzeylerine bağlı olarak değişmektedir. Bu çalışma ilköğretim kademesinde çocuğu bulunan ebeveynlerin beslenme bilgi düzeyini demografik değişkenler çerçevesinde karşılaştırmalı bir şekilde ortaya koymayı amaçlamaktadır. Çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden biri olan anket tekniğinden yararlanılmıştır. Araştırmaya Aksaray'da İlkokul ve Ortaokul seviyesinde çocuğu bulunan 395 ebeveyn katılmıştır. Yetişkinler için geliştirilmiş olan Beslenme Bilgi Düzeyi ölçeğinin kullanıldığı çalışmada, ebeveynlerin beslenme bilgi düzeylerinde cinsiyet, gelir durumu, eğitim durumu, medeni durum, ailedeki çocuk sayısı, çalışma durumu ve beslenme eğitimi aldığı yer değişkenine göre anlamlı farklılıklar görülürken, yaş, beslenme eğitimi alma durumu ve beslenme eğitimi alma isteği değişkenleri açısından anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Çocukların sağlıklı ve dengeli beslenmesinde etkili olan ebeveynlerin beslenme bilgi düzeyleri açısından oluşan farklılıkların minimize edilmesi ve beslenme bilgi düzeylerinin önemli ölçüde artırılabilmesini sağlamak amacıyla özellikle Aile Sosyal Politikalar Bakanlığı, Milli Eğitim Bakanlığı, Sağlık Bakanlığı ve İlde bulunan ilgili kurum ve kuruluşların ilgili çalışmalar yürütmesi gerekmektedir. Ayrıca kayda değer bulguların görüldüğü boşanmış ailelere ve erkeklere gerekli planlamalar doğrultusunda eğitimler verilip erken yaşta farkındalıklar yaratılabileceği, sağlıklı ve bilinçli bir toplum oluşturulabileceği sonucuna ulaşılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Beslenme, Bilgi düzeyi, Demografik, İlköğretim, Ebeveyn.

\*Bu çalışma Aksaray Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu'nun 28.02.2024 tarihli ve 2024/01-16 sayılı kararı çerçevesinde çalışma etik açıdan uygun bulunmuştur.

This study was found ethically appropriate within the framework of the decision of Aksaray University Human Research Ethics Committee dated 28.02.2024 and numbered 2024/01-16.

\*\*Bu makale intihal tespit yazılımlarıyla taranmıştır. Benzerlik tespit edilmemiştir.

This article has been scanned by plagiarism detection softwares. No similarity detected.

\*\*\*Bu çalışmada "Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi" kapsamında uyulması belirtilen kurallara uyulmuştur.

In this study, the rules stated in the "Higher Education Institutions Scientific Research and Publication Ethics Directive" were followed.

\*\*\*\*Yazarların çalışmadaki katkı oranları eşittir.

Authors' contribution rates in the study are equal.


\*\*\*\*\*Çalışma kapsamında herhangi bir kurum veya kişi ile çıkar çatışması bulunmamaktadır.


There is no conflict of interest with any institution or person within the scope of the study.

**Kaynak gösterme / To cite this article:** Can, M. & Akgün, M. (2024). İlköğretim Kademesinde Çocuğu Olan Ebeveynlerin Beslenme Bilgi Düzeyinin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi: Aksaray Örneği. *İletişim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 182-195. doi: 10.59534/jcss.1445170



## Examining the Nutrition Knowledge Level of Parents with Primary School Children According to Demographic Characteristics: Aksaray Example

 Mehmet CAN\*

 Murat AKGÜN\*\*

\* Asst. Prof. Dr  
Aksaray University,  
mehmet23can@hotmail.com  
ORCID: 0000-0002-7985-4126

\*\* MA Student,  
Aksaray University,  
m.akgun68@hotmail.com  
ORCID: 0009-0001-8322-7643

### Gönderilme/ Received

29.02.2024

### Kabul Tarihi/ Accepted

29.03.2024

### Yayın Tarihi/Published

31.03.2024

### Abstract

Nutrition refers to the use of nutrients and food by living things from their environment in order to survive and develop. Healthy nutrition ensures that individuals receive the nutrients they need in sufficient and balanced amounts. The ability of an individual to eat healthily may vary depending on the individual's level of knowledge about adequate and balanced nutrition. However, when it comes to children, considering the fact that children's nutrition is primarily the responsibility of their families, the healthy nutrition of children varies depending on the knowledge level of their parents. This study aims to reveal the nutritional knowledge level of parents who have children in primary school in a comparative manner within the framework of demographic variables. The survey technique, one of the quantitative research methods, was used in the study. 395 parents of primary and secondary school children in Aksaray participated in the research. In the study where the Nutrition Knowledge Level scale developed for adults was used, significant differences were observed in the nutrition knowledge levels of parents according to gender, income level, education level, marital status, number of children in the family, employment status and the place where they received nutrition education. No significant difference was found in terms of the variables of desire to receive nutrition education. In order to minimize the differences in the nutritional knowledge levels of parents who are effective in the healthy and balanced nutrition of children and to increase their nutritional knowledge levels significantly, especially the Ministry of Family Social Policies, the Ministry of National Education, the Ministry of Health and relevant institutions and organizations in the province should carry out relevant studies. In addition, it has been concluded that divorced families and men, where significant findings were observed, can be given training in line with the necessary planning, awareness can be created at an early age, and a healthy and conscious society can be created.

**Keywords:** Knowledge level, Demographics, Primary Education, Parents.

## Giriş

Beslenme, bireyin yaşamını idame ettirebilmesi için gereksinim duyduğu en temel ihtiyaçlardan birisidir. İnsan vücudu için gereksinim duyulan besin maddeleri ise sağlıklı beslenmeyi sağlamaktadır (Karataş, 2004, s. 1). Sağlıklı beslenme, kişinin acıktığı zaman açlık duygusunu bastırmak için tükettiği yiyeceklerden ziyade sağlıklı büyüyüp gelişmesi ve hayatını devam ettirebilmesi için gerekli yiyeceklerin yeterli ve dengeli bir şekilde tüketilmesidir (Güven, 2010, s. 5). Günümüzde yeterli ve dengeli beslenmenin büyük oranda küreselleşmeden, ekonomik ve teknolojik gelişmelerden, kültürel faktörlerden, sosyal ve toplumsal değişimlerden etkilendiği bilinmektedir. Dolayısıyla bu faktörler, toplumun beslenme ve sağlık durumunu etkilemektedir (Sağlık Bakanlığı, 2019, s. 60-65).

Dünya'daki gıda sorunlarına baktığımızda genel itibariyle iki sorun göze çarpmaktadır. Bunlardan ilki insanların yiyecek bulamamasından kaynaklı yetersiz beslenme iken diğeri ise gerek duyulandan daha az ya da çok yapılan dengesiz beslenmeden kaynaklanan problemlerdir. Her iki problem de aslında kişilerin sağlığını olumsuz etkilemektedir (Açıkgöz, 2006, s. 17). Yetersiz ve dengesiz beslenmeden kaynaklı olarak gelişmemiş toplumlarda kalıcı sağlık sorunları ortaya çıkarken, refah seviyesi yüksek olan gelişmiş toplumlarda ya da gelişmekte olan bazı toplumlarda ise obezite, kalp rahatsızlıkları gibi kronik rahatsızlıklar boy göstermektedir. Türkiye'de ise, ailelerin kalabalık bir yapıda olması, beslenme konusunda bireylerin yeterli bilgiye sahip olmaması ve diğer toplumsal ve çevresel faktörler, yetersiz ve dengesiz beslenme sorunlarının en önemli kaynakları arasında gösterilmektedir (Çelik, 2001, s. 54). En genel ifade ile bireylerin beslenme bilgi düzeyleri, toplumun beslenme alışkanlıklarını belirlemede ve sağlıklı olabilmelerinde önemli bir faktör olarak görülmektedir (Şanlier, 2005; Baysal, 2012; Karavuş vd., 1995, s. 35). Bireylerin beslenme bilgi düzeyleri de doğrudan çocuklarının beslenmesini etkilemektedir. Çocuklar beslenme ile ilgili alışkanlıklarını genel itibariyle okulundan, çevresinden ve ailesinden kazanmaktadır. İlköğretim kademesinde çocuğu olan başka bir ifade ile gelişim çağında çocuğu olan ebeveynlerin beslenme bilgi düzeyleri, çocuklarının sağlıklı bir şekilde büyüebilmeleri ve hangi besinlerin onların gelişimleri için gerekli olduğunu öğrenmeleri önem arz etmektedir. Dolayısıyla bu yaşlarda çocuklar, ebeveynlerinin bilgi düzeyleri çerçevesinde hayatlarını devam ettirmektedirler (Didyowski, 2018, s. 7-14).

Yetersiz ve dengesiz beslenmenin çocukların üzerindeki etkisinin azaltılabilmesi için ebeveynlerin beslenme bilgi düzeyinin analiz edilmesi ve bu çerçevede toplumların sağlıklı beslenme durumlarının belirlenmesi ulusal düzeyde gıda ve beslenme politikalarının geliştirilmesinde önemli bir adım olarak görülmektedir. Söz konusu politikaların geliştirilmesine katkı sağlayabilmek amacıyla bu çalışma İlköğretim düzeyinde çocukları olan ebeveynlerin beslenme bilgi düzeylerini demografik değişkenler açısından analizini ve değerlendirilmesini içermektedir. Bu çalışmadan elde edilen sonuçların Aile Sosyal Politikalar Bakanlığı, Milli Eğitim Bakanlığı, Sağlık Bakanlığı ve ilde bulunan ilgili kurum ve kuruluşların ebeveynler vasıtasıyla beslenme hakkında daha sağlıklı ve bilinçli bireyler yetiştirme stratejilerinin belirlenmesinde önemli katkı sunacağı düşünülmektedir.

## 1. Kavramsal Çerçeve

Beslenme, sağlığı korumak ve yaşam kalitesini artırmak, vücudun ihtiyaç duyduğu besin maddelerini doğru miktarda ve doğru zamanda almasını sağlamak için yapılması gereken bilinçli bir eylemdir (Besler vd., 2015, s. 11). Bir başka tanıma göre beslenme, canlıların yaşamlarını devam ettirebilmeleri ve gelişebilmeleri için çevrelerinden aldıkları besin ve yiyecekleri kullanması olarak tanımlanmaktadır (Gökdemir, 2005). Genel anlamda beslenme, bireylerin büyümesi, gelişmesi, uzun, sağlıklı bir yaşam sürmesi için gerekli olan besin maddelerini özümseyip vücudunda kullanmakla ilgilidir (Ünsal, 2019, s. 1). Konuyla ilgili tanımlar incelendiğinde beslenme ile ilgili çok sayıda ifadeler yapılmış olsa da bu tanımların temelinde gıdaların ve beslenmenin insan fizyolojisindeki öneminden yola çıkarak aynı doğrultuda açıklamalar içerdiği görülmektedir.

Sağlıklı bir yaşam tarzı için önemli olan yeterli ve dengeli beslenme, vücudun ihtiyaçlarına göre besinlerin uygun miktarlarda ve çeşitlendirilerek tüketilmesini gerektirir (Besler vd., 2015, s. 11; Güven, 2010, s.13). Yeterli ve dengeli beslenme şekli bireye sağlıklı kilo yönetimi, beslenme şeklinden kaynaklı hastalıklara yakalanmanın minimize edilmesi ve ruh halinin iyileştirilmesi gibi birçok fayda sağlayabilir. Bir binayı inşa ederken tuğla, demir, kum, vb. diğer yapı malzemelerinin hepsine nasıl ihtiyaç var ise vücudumuzun da dengeli ve sağlıklı olması için tüm gıdaları belirli oranlarda alması önem arz etmektedir.

Vücudumuz için gerekli olan besin öğelerini orantısız olarak almamız bizi yetersiz ve dengesiz beslenmeye götürüp sağlıksız bir yaşam tarzına neden olabilir (Çekal, 2007, s. 64-74). Vücudun ihtiyaç duyduğu vitaminler ve mineraller eksik olduğunda, bağışıklık sistemi zayıflayabilir, gelişim bozuklukları ortaya çıkabilir hatta bireyler hastalıklara daha yatkın hale gelebilir (Güler vd., 2009; Tezcaner, 2001, s. 25). Ayrıca yetersiz ve dengesiz beslenme, enerji düzeyini, çalışma ve yaratıcılık seviyesini de düşürüp günlük aktivitelerimizi sürdürmemizi zorlaştırabilir (Besler vd., 2015, s. 13). Yetersiz ve dengesiz beslenmenin sebeplerine baktığımızda önemli ve etkin maddelerinden bir tanesi de beslenme bilgi düzeyi olarak göze çarpmaktadır (Güven, 2010, s.14).

Beslenme bilgisi, yaşam döngüsü boyunca besin ihtiyaçlarının karşılanmasını sağlayan ve sağlıklı beslenme alışkanlıklarını etkileyen önemli bir faktördür. Beslenme bilgisinin eksikliği veya yanlış beslenme bilgisi, çeşitli hastalıkların ortaya çıkmasına yol açabilmekte veya var olan hastalıkların ağırlaşmasına neden olabilmektedir (Ülker, 2021, s. 5; Didyowski, 2018, s. 7-14). Bireylerin beslenme bilgi durumları çocuklarının beslenmesini olumlu yada olumsuz etkileyebilir.

Çocuklar sosyal yaşamlarına aileleriyle başlarlar. Bu bir nevi gelenek olarak süregelen bir olgudur. Çocuklar yemek yeme alışkanlıklarını aile içinde geliştirirler. Bu açıdan aile, bireyin beslenme bilgi ve davranışlarını belirleyen en önemli yapı haline gelmektedir (Zembat vd., 2015, s. 415-424). Çocuklarının beslenmesinde ebeveynlerinin beslenme bilgi seviyeleri ise çocukların sağlığını etkileyebilmektedir.

Hayta ve Şanlıer (2007) geleceğin toplumunu şekillendirecek olan çocuklarda yetersiz beslenmenin tespit edilmesi ve beslenme eğitimi yoluyla beslenme eksikliklerinin giderilmesi gerektiğini belirtmektedir. Yetersiz ve dengesiz beslenmeden en çok etkilenen gruplardan biri çocuklar olduğu için bireylere doğru ve dengeli beslenme bilincinin çocuk yaştan itibaren kazandırılması gerektiğini belirtmektedirler.

Özmert ve arkadaşları (2003) tarafından Ankara'da yapılan bir çalışma, anne eğitimini, aile gelir düzeyini ve baba eğitim düzeyini, çocukların yetersiz beslenme nedenleri arasında göstermektedir.

Onur ve ark. (2017) yaptıkları çalışmada yüksek eğitimli kadınların beslenme bilgi seviyelerinin düşük eğitimli kadınlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Beslenme bilgisi yüksek olan kişilerin daha fazla sebze ve meyve tükettiği, daha az yağ tükettiği, sosyoekonomik düzeyleri arttıkça hayvansal ürün, rafine şeker ve yağ alımlarının arttığı görülmektedir.

Yine başka bir araştırmada ise kadınların beslenme bilgisi düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Eğitim seviyeleri yükseldikçe ve iyi sosyo-ekonomik durum varlığında bireylerin daha yüksek beslenme bilgisi seviyelerine ulaştığı gözlenmiştir (Spronk vd., 2014, s. 1714).

## **2. Yöntem**

### **2.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi**

Beslenme ile ilgili bilinen yanlış bilgilerden kaynaklı ortaya çıkan durumların çocukların üzerindeki etkisinin azaltılabilmesi için ebeveynlerin beslenme bilgi düzeyinin analiz edilmesi ve bu çerçevede toplumların sağlıklı beslenme durumlarının belirlenmesi ulusal düzeyde gıda ve beslenme politikalarının geliştirilmesinde önemli bir adım olarak görülmektedir. Bu çalışma çocukların beslenmesinde etkili olan ebeveynlerin beslenme bilgi düzeylerinin demografik değişkenler açısından incelenmesini amaçlamaktadır. Bu amaç çerçevesinde çalışmada ebeveynlerin beslenme bilgi düzeylerinin demografik özelliklere göre anlamlı bir farklılık gösterir mi? sorusuna cevap aranmıştır.

### **2.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi**

Araştırmanın evrenini Aksaray ilinde İlkokul ve Ortaokul seviyesinde çocuğu olan ebeveynler oluştururken, örneklemini ise 19 Mayıs İlkokulu ve 19 Mayıs Ortaokulu'nda çocuğu bulunan 516 anne ve babadan anketlere gönüllülük esasına göre katılım sağlayan 395 anket oluşturmaktadır. Çalışma kapsamında elde edilmek istenen veriler 1-30 Mart 2024 tarihleri arasında toplanmıştır. Öte yandan bu çalışma için Aksaray Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulundan 2024/01-16 protokol numaralı ve 28.02.2024 tarihli etik kurul onayı alınmıştır.

### **2.3. Veri Toplama Aracı**

Araştırma veri analizinde kullanılan anket formu, iki bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde katılımcıların demografik özelliklerini (doğum yılı, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, çalışma durumu, gelir seviyesi, ailedeki çocuk sayısı, beslenme ile ilgili eğitim alım durumu ve eğitim almak isteyip

istemediği) belirlemeye yönelik sorulara yer verilmiştir. İkinci bölümde ise Batmaz (2018) tarafından geliştirilmiş olan Yetişkinlerde Beslenme Bilgi Düzeyi (YETBİD) ölçeği kullanılmıştır. 5 'li Likert türünde derecelendirilen (1. Kesinlikle katılmıyorum.....5. Kesinlikle katılıyorum) Ölçeğinden oluşmaktadır.

### 3. BULGULAR

Bu bölümde, yaptığımız araştırmada bulunan ebeveynlerin demografik özelliklerine göre frekans ve yüzde analizleri, anova ve t testleri analiz edilmiş ve tablo haline getirilip yorumlanmıştır.

Ebeveynlerin cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu, çalışma durumu, gelir seviyesi, çocuk sayısı, beslenme eğitimi alma durumu, eğitimi nereden aldığı ve eğitim almak isteme durumu değişkenine ilişkin yüzde ve frekans analizlerine yönelik bilgilere tablo 1 de yer verilmiştir.

**Tablo 1. Demografik Değişkenlere Yönelik Frekans ve Yüzde Analizi**

Değişkenler	Frekans	Yüzde	
Yaşınız	18-24 yaş	19	4,8
	25-34 yaş	121	30,6
	34-44 yaş	195	49,4
	45-54 yaş	42	10,6
	55 yaş ve üzeri	18	4,6
Cinsiyet	Kadın	220	55,7
	Erkek	175	44,3
Medeni durum	Evli	367	92,9
	Boşanmış	28	7,1
Eğitim durumu	Okuryazar değil	20	5,1
	İlkokul	108	27,3
	Ortaokul	104	26,3
	Lise	95	24,1
	Üniversite	61	15,4
	Lisansüstü	7	1,8
Çalışma durumu	Çalışıyor	189	47,8
	Çalışmıyor	206	52,2
Ailenin gelir durumu	0-11499 arası	141	35,7
	11500-22999 arası	130	32,9
	23000-34499 arası	75	19,0
	35000 ve üzeri	49	12,4
Ailedeki çocuk sayısı	1 çocuk	19	4,8
	2 çocuk	108	27,3
	3 çocuk	161	40,8

	4 çocuk	62	15,7	
	5 çocuk ve üzeri	45	11,4	
<b>Beslenme eğitimi alma durumu</b>	Evet	58	14,7	
	Hayır	273	69,1	
	Kısmen	64	16,2	
<b>Eğitim alınan yer</b>	TV/Radyo/İnternet	34	8,6	
	Gazete/Dergi	7	1,8	
	Ders/Öğretmen	30	7,6	
	Aile/Arkadaş	36	9,1	
	Doktor	14	3,5	
	Diyetisyen	31	7,8	
	Diğer	66	16,7	
	Hiç almamış	177	44,8	
	<b>Eğitim alma isteme durumu</b>	Evet	170	43,0
		Hayır	225	57,0
	<b>Toplam</b>	<b>395</b>	<b>%100</b>	

Tablo 1’de toplamda 395 kişiden oluşan araştırma katılımcılarının demografik özelliklerine yönelik bilgiler yer almaktadır. Araştırmaya katılan kişilerin yaş durumlarına göre yüzde ve frekans dağılımına göz atıldığında, yüzde 49,4’lük oranla çoğunluğunun 35 ile 44 yaş aralığında olduğu, katılımcının en az olduğu ise yüzde 4,6’lık oranla 55 yaş üzerindeki kişiler olduğu görülmektedir. Araştırma grubunun cinsiyet değişkenine göre dağılımlarına bakıldığında katılanların yüzde 55,7’sinin kadın, yüzde 44,3’ünün ise erkek olduğu görülmüştür. Katılımcıların medeni durum değişkenine göre yüzde ve frekans dağılımına bakıldığında katılımcıların çok büyük bir çoğunluğunun yüzde 92,9’unun evli olduğu görülmüştür. Araştırmaya katılan kişilerin eğitim durumlarına göre yüzde ve frekans dağılımına bakıldığında katılımcıların yarısından fazlasına tekabül eden yüzde 53,6’sının ilkökul ve ortaokul mezunu olduğu, yüzde 17,2’sinin de üniversite ve lisansüstü mezunu olduğu görülmüştür.

Katılımcıların yüzde 52,2’sinin herhangi bir işte çalışmadığı ve aile aylık gelir durumunun yüzde 35,7’sinin aylık gelir miktarının 0-11499 TL arasında olduğu, yüzde 12,4’ünün de 35000 TL ve üzerinde olduğu görülmüştür. Katılımcıların yüzde 40,8’inin 3 çocuk sahibi olduğu, katılımcıların en az ise yüzde 4,8 ile 1 çocuk sahibi olduğu görülmüştür. Son olarak araştırmamıza katılan ebeveynlerin beslenme ile ilgili eğitim aldıkları yerlerin en başında TV/Radyo/İnternet gelmektedir. Buradan aldığı eğitim ile aile-arkadaştan öğrendiği bilgi seviyeleri arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Araştırmaya katılanların yüzde 69,1’inin beslenme ile ilgili herhangi bir eğitim almamış olmasına rağmen beslenme ile ilgili eğitim almak isteyenlerin oranı ise %48 olarak görülmüştür.

Tablo 2’de araştırmaya katılan ebeveynlerin demografik özelliklere ilişkin (cinsiyet, medeni durum, çalışma durumu ve eğitim alma isteği) anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığını gösteren T testi bulguları verilmiştir.

**Tablo 2. Değişkenlere İlişkin Bağımsız rneklem T Testi Sonuçları**

Değişkenler		(n)	(x)	s.s.(std)	t	Sig.(P)	
Beslenme Bilgi Düzeyi	Cinsiyet	Kadın	220	3,6868	0,5791	4,808	,001*
		Erkek	175	3,4157	0,5269		
	Medeni Durumu	Evli	367	3,5815	0,5857	1,863	,002*
		Boşanmış	28	3,3732	0,2881		
	alışma Durumu	alışıyor	189	3,4156	0,5398	1,863	,001*
		alışmıyor	206	3,7053	0,5668		
	Eğitim alma isteği	Evet	170	3,6212	0,5607	1,648	,099
		Hayır	225	3,5256	0,5783		

Tablo 2’den elde edilen bulgulara göre cinsiyet, medeni durum ve çalışma durumu değişkeni ile beslenme bilgi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülürken, beslenme üzerine eğitim alma isteği değişkeni ile beslenme bilgi düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür ( $p^*=p<0,05$ ). Cinsiyete göre kadınların bilgi düzeyleri erkeklere göre daha fazla olduğu, herhangi bir işte çalışmayanların bilgi düzeyinin de çalışanlara göre daha yüksek çıktığı ve ayrıca evli olan ebeveynlerin boşanmış ebeveynlere göre bilgi seviyelerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 3’te araştırma katılımcılarının beslenme bilgi düzeylerinin yaş, eğitim durumu ve gelir durumuna göre ayrılan katılımcı grupları arasında anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığını gösteren Anova testi bulguları yer almaktadır.



**Tablo 3. Değişkenlere İlişkin ANOVA Analizi Sonuçları**

Değişkenler		(n)	(x)	s.s.(std)	F	Sig.(P)	Tukey Tamhane
<b>Yaş</b>	18-24	19	3,5132	0,6420	1,473	,210	---
	25-34	121	3,6694	0,6001			
	35-44	195	3,5131	0,5628			
	45-54	42	3,5417	0,4705			
	55 ve üstü	18	3,5667	0,5869			
<b>Beslenme Bilgi Düzeyi</b>	Okuryazar değil <sup>a</sup>	20	2,8775	0,5398	23,10	,001*	b-c
	İlkokul <sup>b</sup>	108	3,2579	0,4638			b-d
	Ortaokul <sup>c</sup>	104	3,6567	0,5712			b-e
	Lise <sup>d</sup>	95	3,8200	0,4796			c-a
	Üniversite <sup>e</sup>	61	3,7631	0,4958			
	Lisansüstü	7	3,8143	0,3815			
<b>Gelir Durumu</b>	0- 11499 <sup>a</sup>	141	3,4379	0,5784	5,190	,002*	a-c
	11500-22999	130	3,5746	0,5560			
	23000-34499 <sup>c</sup>	75	3,7393	0,5217			
	35000 ve üzeri	49	3,6520	0,5973			

Tablo 3' den elde edilen bulgulara göre, araştırma katılımcılarının beslenme bilgi düzeyinin, yaş durumu değişkenine göre istatistiki olarak anlamlı düzeyde bir farklılığa rastlanmamış olmasına rağmen, eğitim durumu açısından, gelir durumu açısından istatistiki olarak anlamlı düzeyde ( $p < 0,05$ ) bir farklılık görülmüştür. Bu farklılıkların kaynağının belirlenmesi amacıyla yapılan çoklu karşılaştırma (Tukey ve Tamhane) testleri sonuçlarına baktığımızda; anlamlı bir fark olmamasına karşın 25-34 yaş aralığında olan ebeveynlerin beslenme bilgi düzeylerinin diğer yaş gruplarına göre yüksek olduğu, Okuryazar olmayan katılımcılar ile diğer öğrenim durumlarındaki katılımcılar arasında, ilkokul mezunu olan katılımcıların ortaokul, lise ve üniversite mezunu olan katılımcılara göre ve ortaokul mezunu katılımcılar ile de okuryazar olmayan ve ilkokul mezunu katılımcılara göre beslenme bilgi düzeylerinde anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Ayrıca gelir durumu olarak 11499 TL'e kadar olan ebeveynlerin beslenme bilgi düzeyi ile 23000-34499 TL'lik gelir durumuna sahip olan ebeveynlerin beslenme bilgi düzeyi arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Yapılan analiz sonucunda ebeveynlerin gelir durumu ve eğitim durumu değişkenine göre farklılık gösterdiği ancak yaş değişkenine göre farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Tablo 4'te araştırma katılımcılarının beslenme bilgi düzeylerinin çocuk sayısı, beslenme eğitimi alma durumu ve beslenme eğitimini nereden aldığına göre

ayrılan katılımcı grupları arasında anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığını gösteren Anova testi sonuçları yer almaktadır.

**Tablo 4. Değişkenlere İlişkin ANOVA Analizi Sonuçları**

Değişkenler		(n)	(x)	s.s.(std)	F	Sig.(P)	Tukey Tamhane
<b>Çocuk Sayısı</b>	1	19	3,642	0,485	6,121	,001*	b-d c-d
	2 <sup>b</sup>	108	3,687	0,540			
	3 <sup>c</sup>	161	3,623	0,550			
	4 <sup>d</sup>	62	3,307	0,604			
	5 ve üzeri	45	3,400	0,584			
<b>Beslenme Eğitimi Alma Durumu</b>	Evet	58	3,615	0,520	0,419	,658	---
	Hayır	273	3,549	0,593			
	Kısmen	64	3,596	0,527			
<b>Beslenme Bilgi Düzeyi</b>	Tv/Radyo/İnternet <sup>a</sup>	34	3,791	0,549	2,388	,021*	a-d
	Gazete/De rgi	7	3,185	0,532			
<b>Beslenme Eğitimi Nereden Aldınız</b>	Ders/ Öğretmen	30	3,518	0,519	2,388	,021*	a-d
	Aile/ Arkadaş <sup>d</sup>	36	3,333	0,516			
	Doktor	14	3,575	0,572			
	Diyetisyen	31	3,671	0,471			
	Diğer	66	3,623	0,574			
	Hiç almamış	177	3,554	0,595			

Tablo 4'ten elde edilen bulgulara göre, araştırma katılımcılarının beslenme bilgi düzeyinin, beslenme eğitimi alıp almama durumu değişkenine göre istatistiki olarak anlamlı düzeyde bir farklılığa rastlanmamış olmasına karşın, çocuk sayısı açısından ve beslenme eğitimi nereden aldığı açısından istatistiki olarak anlamlı düzeyde ( $p<0,05$ ) bir farklılık görülmüştür. Bu farklılıkların kaynağının belirlenmesine yönelik yapılan çoklu karşılaştırma (Tukey ve Tamhane) testleri sonuçlarına baktığımızda; çocuk sayısı 3 'e kadar olan ebeveynlerin beslenme bilgi düzeyi ile 4 veya daha fazla çocuğu olan ebeveynlerin beslenme bilgi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Araştırmamıza katılanların yarısından fazlasının beslenme ile ilgili eğitim almadığı sonucuna ulaşılmıştır. Son olarak ebeveynlerin beslenme bilgi eğitimlerini nereden aldıklarına baktığımız zaman en fazla olarak Aile/Arkadaş ve Tv/Radyo/İnternetten aldıklarını ve Tv/Radyo/İnternet'ten öğrenilen bilgi ile Aile/Arkadaş ortamından öğrenilen beslenme bilgileri arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür.

## Sonuç ve Öneriler

Kişilerin beslenme bilgi düzeylerini etkileyen birçok etken mevcuttur. Bu kapsamda yapılan araştırmamız ebeveynlerin beslenme bilgi düzeylerinin demografik özelliklerine göre ilişkisini ölçmeyi amaçlamıştır. Ebeveynlerin beslenme bilgi düzeylerinin demografik özelliklere göre anlamlı bir farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Özellikle ise cinsiyet, medeni durum, gelir durumu, eğitim durumu, çocuk sayısı, çalışma durumu ve beslenme eğitimi aldığı yer açısından anlamlı farklılık göstermesine rağmen yaş değişkeni, beslenme eğitimi alma durumu ve beslenme eğitimi alma isteği değişkenlerine göre anlamlı bir fark görülmemiştir.

Bu çerçevede yaptığımız araştırmada ilk olarak cinsiyetlerine ve çalışma durumlarına göre beslenme bilgi düzeyleri karşılaştırıldığında kadınların beslenme bilgi düzeyinin erkeklerin temel beslenme bilgi düzeyinden daha yüksek olduğu ve herhangi bir işte çalışmayanların bilgi düzeyinin de çalışanlara göre daha yüksek çıktığı görülmektedir. Çalışmamıza benzer şekilde yapılan çalışmada kadınların beslenme bilgi düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır (Hendrie vd., 2008). Ayrıca çalışmamızın aksine yapılan başka bir çalışmada erkeklerin beslenme bilgi düzeyinin kadınların beslenme bilgi düzeyine göre daha yüksek bulunmuştur (Murathan vd., (2015). Bu farklılığın nedeni olarak da örneklemimizin olduğu bölgede çalışmayanların fazla olması ve bunların da çoğunluğunun kadın olması, kadınların evde buldukları sürede, çocuklarının beslenmesi ile daha fazla ilgilenmeleri ve sonuç olarak bu konuda daha fazla bilgi sahibi haline gelmeleri bu farklılığın nedeni olarak açıklanabilir.

Yapılan çalışmada ailenin gelir durumu seviyesi yükseldikçe beslenme bilgi seviyesinin de arttığı bunun da sebebinin ailelerin gelir durumu arttıkça eğitim alma isteklerinin artması veya daha fazla araştırma isteğinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Elde edilen bir başka sonuca göre evli olan ebeveynlerin boşanmış ebeveynlere göre bilgi seviyelerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Boşanmış kişilerin beslenme bilgi düzeyinin düşük olması ve bu sonucun da ailelerin boşanmasının bir sebebi olabilmesi varsayımından yola çıkarak, boşanan kişilerin bundan sonraki süreçte çocuklarının beslenme ve gelişim düzeyini de olumsuz etkileyebileceği düşünülmektedir.

Yine araştırmamıza katılan bireylerin eğitim durumu ile beslenme bilgi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Okuryazar olmayan katılımcılar ile diğer öğrenim durumlarındaki katılımcılar arasında, ilkököl mezunu olan katılımcıların ortaokul, lise ve üniversite mezunu olan katılımcılara göre ve ortaokul mezunu katılımcılar ile de okuryazar olmayan ve ilkököl mezunu katılımcılara göre beslenme bilgi düzeylerinde anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Çekal tarafından (2008) yapılan bir çalışmada da lise düzeyi eğitim seviyesine sahip bireylerin beslenme bilgi düzeylerinin, ilköğretim eğitim seviyesine sahip kişilere göre yüksek bulunduğu görülmüştür. Bu çalışma sonucu da bizim çalışmamızla benzerdir. Bu bağlamda eğitim seviyesi yükseldikçe kişilerin beslenme bilgi düzeyleri de artış göstermektedir diyebiliriz.

Elde edilen bir başka sonuca göre çocuk sayısı 3 'e kadar olan ebeveynlerin beslenme bilgi düzeyi ile 4 veya daha fazla çocuğu olan ebeveynlerin beslenme bilgi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Bu bağlamda ailedeki çocuk sayısı arttıkça beslenme bilgi seviyesinin azalması, ebeveynlerin çocuk sayısına göre beslenme konusunu önemsemediği veya dikkate almadığı sonucuna ulaşılabilir. Ayrıca ebeveynlerin beslenme bilgi eğitimlerini nereden aldıklarına baktığımız zaman en fazla olarak Aile/Arkadaş ve Tv/Radyo/İnternette aldıklarını ve Tv/Radyo/İnternet'ten öğrenilen bilgi ile Aile/Arkadaş ortamından öğrenilen beslenme bilgileri arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Alınan eğitimin de genelde ne kadar doğru olduğu düşündürücü olsa da Tv/Radyo/internette öğrenildiği sonucuna ulaşılmıştır.

Yapılan araştırmada demografik özelliklere göre katılımcıların yaş aralıklarına göre anlamlı bir fark olmamasına rağmen 25-34 yaş aralığında olan ebeveynlerin beslenme bilgi düzeylerinin diğer yaş gruplarına göre yüksek olduğu, bu manada da bu yaş grubunda bulunan ebeveynlerin daha olgun bir dönemde ve çocuklarıyla ilgili daha kaliteli bilgi sahibi olmak istemelerinden kaynaklandığı söylenebilir. Çalışmamızdan farklı olarak Hendrie, Coveney, Cox (2008) yılında yaptıkları çalışmada 35 yaş ve üzerinde olan kişilerin beslenme bilgi düzeylerinin 18-34 yaş aralığındaki kişilerin beslenme bilgi düzeylerine göre daha yüksek çıktığını belirtmişlerdir.

Son olarak yapılan çalışmada anlamlı bir fark olmamasına rağmen bireylerin beslenme ile ilgili eğitim almak istemeyenlerin sayısının fazla olup bilgi düzeylerinin düşük olması ise bu araştırmadaki katılımcıların, daha önce öğrendiklerinin kendilerine göre doğru olduğunu düşünüp, eğitime önyargılı davranıp yeni eğitim almak istemediklerini göstermektedir.

Yapılan çalışmadan elde edilen bulgular neticesinde ebeveynlerin beslenme bilgi düzeyleri belirlenip çeşitli projelerle farkındalıklar oluşturulabilir. Çalışanlara, çocuk sayısı fazla olanlara ve erkeklere İl Millî Eğitim Müdürlüğü tarafından öğrenim durumları da göz önünde bulundurularak anlayabilecekleri seviyede beslenme bilgi düzeyini artırıcı halk eğitim kursları düzenlenebilir. Gelir durumu açısından elde edilen bulgular sonucuna göre gelir seviyesi düşük olan bireylere erişebilecekleri düzeyde bir bilgilendirme çalışması yapılabilir. Ayrıca boşanmış ailelere gerekli planlamalar doğrultusunda maddi ve eğitim desteği verilerek çocuklarının daha düzenli beslenmeye erişimi sağlanabilir.

Bu çalışmadan elde edilen sonuçların Aile Sosyal Politikalar Bakanlığı, Millî Eğitim Bakanlığı, Sağlık Bakanlığı ve ilde bulunan ilgili kurum ve kuruluşların ebeveynler vasıtasıyla beslenme hakkında daha sağlıklı ve bilinçli bireyler yetiştirmeye yönelik stratejilerinin belirlenmesinde önemli katkı sunacağı düşünülmektedir. Ayrıca elde edilen bulgulara göre ulusal düzeyde gıda ve beslenme politikalarının geliştirilmesinde demografik değişkenlerin göz ardı edilmemesi gerektiği sonucuna ulaşılmıştır.

### **Kaynakça**

Açıkgöz, S. (2006). *Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ile öz yetkinlik ve iyimserlik ilişkisi: Ankara Üniversitesi örneği*. Ankara: Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

- Akçay, A. (2008). *Çocukluk çağı obezitesinin kardiyak fonksiyonlar üzerine etkisinin ekokardiyografik ve elektrogardiyografik yöntemlerle değerlendirilmesi*. Uzmanlık tezi, İstanbul.
- Applegate, L. (2012). *Beslenme ve Diyet Temel İlkeleri*, İstanbul: Medikal Yayınları.
- Batmaz, H. (2018). *Yetişkinler için beslenme bilgi düzeyi ölçeği geliştirilmesi ve Geçerlik güvenirlik çalışması*. Marmara Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Baysal, A. (2012). *Beslenme*. Ankara: Hatipoğlu Yayınları.
- Besler, H., Rakıcıoğlu, N., Ayaz, A., Büyüktuncer Demirel, Z. Gökmen Özel, H. Samur, G.& Yürük, A. (2015). *Türkiye'ye Özgü Besin ve Beslenme Rehberi*. Ankara.
- Çekal, N. (2007). Aşçuların Beslenme (Besin Öğeleri) Bilgi Düzeyleri Üzerine Bir Araştırma. *Turizm Araştırmaları Dergisi*, 18(1), s: 64-74.
- Çekal, N. (2008). Orta Yaşlı ve Yaşlı Bireylerin Beslenme Bilgi Düzeyleri. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1, s. 14-28.
- Çelik, Ş. (2001), Türkiye'de Beslenme Yetersizliği Sorunları, Besin ve Beslenme Politikaları. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 27(2), s. 54.
- Çopur, M. (2000), *Gıda Teknolojisi*, Devlet Kitapları, İstanbul: Ilıcak Matbaası.
- Didylowski, A.E. (2018), *Nutrition Education Interventions For Children*. State University of New York.
- Hayta, A., Şanher, N. (2007). İlköğretim altıncı, yedinci ve sekizinci sınıf öğrencilerinde beslenme davranışı ve sosyal onaylanma isteği. *Milli Eğitim*, 36(174), s. 193-205.
- Hendrie, G.A, Coveney, J. & Cox, D. (2008). Exploring nutrition knowledge and the demographic variation in knowledge levels in an Australian community sample. *Public Health Nutr*, 11(12), s. 1365-71.
- Gökdemir, A., (2005), *Mutfak Hizmetleri Yönetimi*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Güler, Y., Gönener, H.D., Altay, B. & Gönener, A. (2009). *Adölesanlarda obezite ve hemşirelik bakımı*. Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi, 4(10), s. 65-181.
- Güven, E., (2010). *Yalova İlinde yaşayan farklı eğitim ve gelir düzeyine sahip fertlerin beslenme alışkanlıkları ve gıda güvenliği bilgisinin belirlenmesi üzerine bir araştırma*. Tekirdağ: Namık Kemal Üniversitesi.
- Karataş, İ., (2004), *Besin Kimyası*. Konya: Ofset Baskı.

- Karavuş, M., Gencil, H., Beşik, C., Çoban, U., Güteryüz, M., Karaaslan, S. & Parmaksızolu, T. (1995). Ümraniye İlçesinde 0-12 Aylık Çocuk Beslenmesinde Annelerin Bilgi, Tutum ve Davranışları. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 24 (1), s. 35.
- Murathan, F., Murathan, T., Yetiş, Ü., Aktuğ, Z.B.& Dündar, A. (2013). Üniversite Öğrencilerinde Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ile Fiziksel Aktivite Düzeylerinin İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*,7(2), s. 100-107.
- Onur, N., Sarper, F. & Onur, F., 2017. Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Ailelerin Sebze-Meyve Tüketim Durumları. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*. 5 (1), s. 105-123.
- Özmert, E., Yurdakök, K. & Laleli, Y. (2003). Ankara'da ilkokul çocuklarında kan kurşun düzeyleri. *Pediatric Dergisi*, 46(1), s. 20-23.
- Spronk, I., Kullen, C., Burdon, C. & O'Connor, H., (2014). Relationship between nutrition knowledge and dietary intake. *British journal of Nutrition*. 111 (10), s. 1714.
- Şanlıer N.& Güler A. (2005). *İlköğretimin İkinci Kademesinde Eğitim Gören Öğrencilere Verilen Beslenme Eğitiminin Öğrencilerin Beslenme Bilgi Düzeyi ve Alışkanlıklarına Etkisi*. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 32(2), s: 31-38.
- T.C. Sağlık Bakanlığı, (2019), *Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması*. Ankara: Tiraj Baskı.
- Tezcaner, C., (1997), *Sağlık Bilgisi*. Eskişehir: Bem-Koza Eğitim Yayınları.
- Ülker, H. (2021). Pamukkale Üniversitesi öğrencilerinin beslenme bilgi düzeylerinin değerlendirilmesi. Denizli: Pamukkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Ünsal, A. (2019). Beslenmenin Önemi ve Temel Besin Öğeleri. *Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(3), s. 1.
- Zembat, R., Kılıç, Z., Ünlüer, E., Çobanoğlu A., Usbaş, H., & Bardak, M. (2015). Çocuğun beslenme alışkanlığını kazanmasında okul öncesi eğitim kurumlarının yeri. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 1(2), s.415-424.