

Beden Algısı İle Depresyon Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Büşra UMay¹, Nuray DEMİRALP², Hürmüz KOÇ³

ÖZET

Amaç: Bu çalışma, Vücut Kütle İndeksi (VKİ) oranı ile depresyon arasındaki ilişkinin incelenmesi amacı ile yapılmıştır.

Yöntem: Çalışmada, Türkiye genelinde rastgele yöntemle belirlenen 24 yaş üstü 271 gönüllüye dijital ortamda hazırlanan anket formları uygulanmıştır. Google form üzerinden hazırlanan 21 soruluk Beck Depresyon Envanteri (BDE) ile katılımcıların minimal, hafif, orta ve şiddetli depresyon dereceleri tespit edilmiştir. Katılımcıların boy uzunluğu ve vücut ağırlığı bilgilerine dayalı VKİ düzeyi belirlenmiştir. Google form üzerinden hazırlanan anket formları Ocak-Şubat 2024 tarihleri arasında uygulanmıştır. Elde edilen verilerin istatistiksel analizinde IBM Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 22,0 paket programı kullanılmıştır.

Bulgular: Bulgular aritmetik ortalama (X) ve standart sapma (SS) olarak sunulmuştur. Anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir. VKİ ortalamalarının (23.07 ± 3.99) altında ve üstünde olan katılımcıların BDE puanları karşılaştırıldığında istatistiki olarak anlamlı farkın olduğu ($t:3.60, p=001$) tespit edilmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak, VKİ ortalamasının (23.1 ± 3.99) üstünde olan katılımcıların depresyon derecesinin daha yüksek çıkması, VKİ oranları ile ifade edilen beden algısı ya da imajı ile depresyon düzeyi arasında bir paralelliğin olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Yaş Değişkeni, Beden Algısı, Depresyon

ABSTRACT

Examining The Relationship Between Body Perception and Depression

Purpose: This study was conducted to examine the relationship between Body Mass Index (BMI) ratio and depression.

Method: In the study, digitally prepared survey forms were applied to 271 volunteers over the age of 24, randomly selected throughout Turkey. Participants' minimal, mild, moderate and severe depression levels were determined with the 21-question Beck Depression Inventory (BDI) prepared via Google form. The participants' BMI level was determined based on their height and body weight information. Survey forms prepared via Google form were applied between January and February 2024. IBM Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 22.0 package program was used in the statistical analysis of the data obtained.

Results: Findings are presented as arithmetic mean (X) and standard deviation (SD). The significance level was accepted as $p<0.05$. When the BDI scores of the participants whose BMI was below and above their average (23.07 ± 3.99) were compared, it was determined that there was a statistically significant difference ($t:3.60, p=001$).

Conclusion: As a result, the higher level of depression in participants whose BMI was above the average (23.1 ± 3.99) shows that there is a parallelism between the body perception or image expressed by BMI ratios and the level of depression.

Keywords: Age Variable, Body Image, Depression

¹Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Spor Bilimler Anabilim Dalı, Çanakkale/TÜRKİYE. ORCID NO: 0000-0002-7822-7198, busraumay@gmail.com

²Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü İş Sağlığı ve Güvenliği Anabilim Dalı, Çanakkale/TÜRKİYE. ORCID NO: 0000-0002-3002-7752, nuraydemiralp@gmail.com

³Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Çanakkale/TÜRKİYE. ORCID:0000-0003-1588-7583, hurmuzkoc@hotmail.com

GİRİŞ

Bugünün dünyasında fiziksel görünüş kişide pek çok farklı değeri yansıtmaktadır. Özellikle sosyal medya iletişim araçlarının yaygınlaşması ile birlikte beden algısı özellikle fiziksel görünüşle ilgili bir tutum yaratmamakta aynı zamanda bu beden algısı kişinin, kişilik ve depresyon özelliklerini de yansıtmaktadır (Grogan, 2010; Okumuş, 2009).

Beden algısı kavramı 1920 yılında Paul Schilder tarafından sosyolojik ve psikolojik açıdan ele alınmıştır. Schilder, yazmış olduğu bir kitabında beden algısının sadece bilişsel bir yapıdan ibaret olmadığını, bireylerin başkalarıyla olan ilişkilerinin ve tavırlarının da yansımaları olduğunu belirtmiştir. Bireylerde beden algısının değişkenliği ile ilgilenmiş olan Schilder bu durumu “zihnimizde biçimlendirdiğimiz kendi vücudumuzun resmidir yani kendimizi nasıl gördüğümüzdür.” şeklinde tanımlamıştır (Grogan, 2010).

Beden algısı bir yönde, bireyin hayatı boyunca edindiği deneyimlerin bir bütünü olarak varoluş ve birçok durum karşısında bedeninin farkına varması ve buna ek olarak başkalarının da kendi bedenine karşı tepkilerini fark edip, bu farkındalığı sırasında artan gelişme olarak tanımlanmaktadır. Beden algısı, kişinin kendi bedeni hakkındaki düşüncelerini, duygularını ve algılarını ifade eden bir kavramdır. Beden algısı, bireyin ruh sağlığını etkileyen ve ondan etkilenen bir kavramdır. Beden algısı, benlik saygısı ile yakından ilişkilidir; benlik saygısı düşük olanlar daha olumsuz beden algısına sahiptirler. Kişilerde benlik saygısı, kendini değerlendirmesi ve o değerlendirme ile ulaştığı bir sonuçtur.

Beden algısı disiplinler arası çalışılan önemli ve güncel bir konudur. Bu çalışma grubunda yer alan bireyler beliren yetişkinlik döneminde yer almaktadır. Beden algısı özellikle ergenlik döneminde başlayıp devam eden bir süreçtir. Bu dönemdeki algı, kişilerin vücutlarıyla ilgili kaygılarını ortaya çıkarmakta ve hedeflenen beden algısına ulaşmak için bir süreç yaşanmaktadır (Atak H, 2005).

Bu çalışmanın temel amacı, beden algısını oluşturan vücut kütle indeksi ile depresyon belirtiler ve kişiler üzerindeki etkisinin ortaya konmasıdır. Çünkü literatür incelendiğinde, beden algısı ile depresyon arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların sonuçları değişkenlik göstermektedir. Bazı araştırmalarda, bu iki değişken arasında bir ilişkinin olduğunu belirtirken (Deveci ve ark., 2005; Durmuşçelebi ve Akman, 2021; Bunsuz, 2018; Tatlı ve Köseler Beyaz, 2022; Öztürk, vd 2018), bazı araştırmalar ise bu iki değişken arasında herhangi bir ilişkinin bulunmadığını ifade etmektedir (Taş vd, 2019; Coryell vd., 2016).

Beden algısı ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler ile ilgili yapılan çalışmaların çoğunlukla kadın örnekleminde gerçekleştirildiği dikkati çekmektedir. Bu durum, beden imajları ile ilgili kadınlara yönelik sosyo-kültürel beklentilerin olmasından kaynaklanıyor olabilir (Polivy ve Herman, 2004). Kadın örnekleminde yapılan çalışmalarda, beden algısı memnuniyetsizliğinin, depresif semptomların görülme ihtimalini anlamlı oranda arttırdığı belirtilmektedir (Pines A. 2014; Manaf vd, 2016; Lee vd. 2015;). Ayrıca hem kadın hem erkek örnekleminde beden algısı memnuniyetsizliği ile depresif semptomların artması arasında pozitif ilişkiler olduğunu gösteren çalışmalar da vardır (Habib vd., 2016).

Depresyon durumunda bireylerin değişen duygu durumları ve hormonal değişime bağlı olarak iştahın artışı ya da azalışı ortaya çıkmaktadır (Puccio vd., 2016). Depresyonun iştah üzerindeki bireye özgü değişimlerin sonucu olarak, farklı vücut kütle indeksi skalasına ait bireylerin depresyon puanları arasında bir ilişkinin olmamasında etkili olabileceği düşünülmektedir. VKİ oranı yüksek olan bireylerde psikiyatrik bozukluklar arasında nasıl bir ilişki olduğu yıllardır üzerinde çalışılan bir konudur. Yakın zamanda yapılan araştırmalar, depresif duygu durum ve depresyon tanısı ile obezitenin ilişkili olduğunu bildirmiştir (Eskici, 2020; John vd, 2005; Roberts vd, 2003). VKİ ile depresyon arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların bulgularına bakıldığında, tutarsızlığın olduğu görülmektedir. Bu farklı görüşlere netlik kazandırmak için, bu çalışmada beden kütle indeksi oranı ile depresyon dereceleri arasındaki ilişkisinin incelenmesi amaçlanmaktadır.

YÖNTEM

Katılımcılar

Bu araştırma, “beden algısı ile depresyon arasındaki ilişkiyi” araştırmak için Türkiye’de rastgele yöntem ile dijital ortamda hazırlanan anket formları aracılığıyla 271 kişiye ulaşım sağlanarak gerekli veriler toplanmıştır. 22 yaş ve üzeri bireylerin Google form üzerinden hazırlanan 21 soruluk Beck Depresyon Envanteri ile depresyon dereceleri ve boy ve vücut ağırlığı bilgileri ile vücut kütle indeksi oranları tespit edilmiştir.

Veri Toplama Yöntemleri

Verilerin toplanmasında demografik ve kişisel sorulardan oluşan genel bilgi formu kullanılmıştır. Beden algısı ile depresyon ilişkisini belirlemek amacı ile çalışmaya katılan gönüllülerin Vücut Kütle İndeksi (VKİ) ve depresyon skorları tespit edilmiştir. VKİ için, bireyin kilogram cinsinden vücut ağırlığı ve metre cinsinden boy uzunluğu belirlenmiştir (Günay, 2020; Shils vd., 2003). VKİ vücut ağırlığı (kg) / boy uzunluğu (m²) (kg/m²)

denklemlerle hesaplanmıştır. Çalışmaya katılan gönüllülerin depresyon skoru için, Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmış Beck Depresyon Envanteri kullanılmıştır.

Beck Depresyon Envanteri (BDE) Dr. Aron T. Beck tarafından oluşturulmuş, çoktan seçmeli 21 soruluk, depresyonun şiddetini ölçmekte kullanılan bir araçtır. Bu ölçeğin geliştirilmesi sağlık alanında önemli bir değişime yol açmıştır. BDE sağlık çalışanlarına oldukça önemli ve pratik bir ölçektir. BDE 13 yaş ve üzeri bireylere uygulanmaktadır. Ölçekteki sorularda umutsuzluk ve suçluluk gibi duygusal belirtilerin yanı sıra yorgunluk, kilo ve kilo kaybı gibi fiziksel belirtiler de incelenmektedir (Beck ve ark, 1989; Hisli, 1989); <https://www.psikolojik.gen.tr/beck-depresyon-olcegi.html>)

BDE göre puanlama ölçeğinde yer alan her bir madde için 0 ile 3 arasında bir değer alır. İşaretlenen seçeneklerin puanlarının toplanması ile depresyon puanına ulaşılmaktadır. Ölçekte alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan ise 63'tür. Toplamdaki puanın yüksek olması depresyonun şiddetini göstermektedir. Ölçeğin kesme puanı 7'dir. Bu puan ve altında puan alan kişiler için depresyon riskinin olmadığını, üstünde puan alan kişiler için ise klinik depresyon riski olduğu bilinmektedir. 0 - 9 puan arasında alan kişilerde depresyon yok, 10 -16 puan arasında alan kişilerde hafif derecede depresyon, 17 - 29 arasında puan alan kişilerde orta derece depresyon ve son olarak 30 - 63 puan arasında alan kişilerde ise şiddetli depresyon olarak değerlendirilmektedir (Tablo 1) (Beck ve ark, 1989).

Tablo1. Beck Depresyon Envanterine Göre Puanlama

	Depresyon derecesi Toplam	Puanlama
Beck Depresyon Envanteri	Minimal depresyon	0-9
	Hafif depresyon	10-16
	Orta depresyon	17-29
	Şiddetli depresyon	30-63

Çalışmaya katılan gönüllülerin elde edilen veriler Dünya Sağlık Örgütü (WHO & DSÖ) vücut kütle indeksi sınıflandırmasına (20 yaş üzeri) göre değerlendirilmiştir (tablo 2).

Tabloya göre, normal referans aralığı 18.5-24.9 kg/m², fazla kilolu referans aralığı 25.0–29.9 kg/m² obez referans aralığı 30.0–34.9 kg/m² olarak değerlendirilmiştir. Bu sınıflandırmaya girenlerin depresyon skorları arasındaki ilişki incelenmiştir.

Tablo 2. DSÖ'ye Göre Vücut Ağırlığını Sınıflandırmak İçin Geliştirilmiş Skala

Vücut Kütle İndeksi (VKİ)	< 18, 5 kg/m ² ideal kilonun altında	Zayıf
	18, 5 kg/m ² ile 24, 9 kg/m ² ideal kiloda	Normal
	25 kg/m ² ile 29, 9 kg/m ² ideal kilonun üstünde	Fazla Kilolu
	30 kg/m ² ile 39, 9 kg/m ² ideal kilonun çok üstünde	Obez
	40 kg/m ² ideal kilonun çok üstünde	Morbit Obez

<http://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/nutrition/a-healthy-lifestyle/body-mass-index-bmi>

Veri Analizi

Elde edilen verilerin istatistiksel analizinde IBM Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 22,0 paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde aritmetik ortalama (X) ve standart sapma (SS) olarak sunulmuştur. Anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 3. Ankete Katılan Kişilere Ait Sayısal Dağılım

Değişkenler	Ortalama
Yaş (yıl)	24
Boy Uzunluğu (cm)	173
Vücut Ağırlığı (kg)	69
VKİ (kg/m ²)	23.07

Ankete katılan bireylerin yaş ortalaması 24 yıl, boy uzunluğu ortalaması 173 cm, vücut ağırlığı ortalaması 69 kg ve vücut kütle indeksi ise 23,07 kg/m² olarak tespit edilmiştir.

Tablo 4. Katılımcıların BDE ve VKİ Ait İstatistiksel Dağılımlar

Değişkenler	N	X±S _s	Min – Max
Beck Depresyon Envanteri	271	15.0±7.51	0 - 33
Vücut Kütle İndeksi	271	23.07±3.99	15.8 - 35.2

Çalışmaya katılan 271 gönüllünün BDE ortalaması 15.0±7.51 (Min:0-Maks:33) ve vücut kütle indeksi ortalaması ise 23.07±3.99 (Min: 15.8 -Maks: 33) olarak tespit edilmiştir.

Tablo 5. VKİ ortalamasının (23.1±3.99) altında ve üstünde olanların BDE puan karşılaştırılması

Değişkenler	N	Median	X±SS	t	p
Ortalama Altı	105	13.0	13.1±7.19	3.60	0.001
Ortalama Üstü	166	15.0	16.6±7.46		

VKİ ortalamasının (23.07±3.99) altında olan katılımcıların Beck Depresyon Envanteri puanları 13.1±7.19 hafif depresyon derecesi olarak, Vücut Kütle İndeksi ortalamasının (23.07±3.99) üstünde olan katılımcıların Beck Depresyon Envanteri puanları ise 16.6±7.46 orta depresyon derecesi olarak tespit edilmiştir. Vücut Kütle İndeksi ortalamalarının altında ve üstünde olan katılımcıların Beck depresyon Envanteri puanları karşılaştırıldığında

istatistiki olarak anlamlı fark olduğu ($t:3.60$, $p=001$) tespit edilmiştir. Aralarındaki farkın orta büyüklükte etki referans aralıklarında olduğu cohen d testi (Cohen's $d=0.442$) sonucunda ortaya konmuştur.

TARTIŞMA

Beden kütle indeksi ile depresyon derecesi gibi faktörlerin birbirleri ile ilişkilerini inceleyen bu çalışma; bireylerin depresyon durumu ile beden kütle indeksi arasında ilişkisinin olduğu sonucunu ortaya koymuştur. Bu bulgulara bakıldığında bireyin beden algısı depresyon değişkenini etkilediği görülmektedir.

Beck depresyon ölçeği puanlama ve değerlendirmesi çok kolay ve etkin bir testtir. Öncelikle her dört maddelik şıklarda işaretlenen sayıları toplanarak, toplam puan 0-9: normal düzey, 10-18: hafif düzeyde depresyon, 19-29: orta düzeyde depresyonu ve 30-63: şiddetli depresyon belirtileri tespit edilmektedir. Depresyon testinden alınan puanlar depresyon belirtilerini ve eğer varsa depresyonun düzeyinizi derecelendirmektedir.

Ankete katılan bireylerin BDE'ye verilen cevaplar analiz edildiğinde ortalamanın 15.0 ± 7.51 olduğu tespit edilmiştir. VKİ ortalamasının (23.07 ± 3.99 kg/m²) altında olan anket katılımcıları depresyon derecesi 13.1 ± 7.19 , VKİ ortalamasının (23.07 ± 3.99 kg/m²) üzerinde olan anket katılımcıları depresyon derecesi 16.6 ± 7.46 olduğu görülmüştür.

VKİ ortalamasının altında olan ankete katılımcıların hafif depresyon referans aralığında, VKİ ortalamasının üstünde olan ankete katılımcıların orta şiddetli depresyon referans aralığında olduğu tespit edilmiştir.

Bu çalışmada, beden algısını oluşturan VKİ ile depresyon arasındaki ilişkinin ortaya konulması amaçlanmaktadır. Çünkü literatür incelendiğinde, yapılan çalışmalarda beden algısı ile depresyon arasındaki ilişkide farklı sonuçların olduğu görülmektedir. Bazı araştırmalar bu iki değişken arasında bir ilişkinin olduğunu (Deveci vd., 2005 Durmuşçelebi ve Akman, 2021; Bunsuz 2018; Tatlı ve Köşeler Beyaz 2022; Öztürk vd., 2018), bazı araştırmalar ise bu iki değişken arasında herhangi bir ilişkinin olmadığını belirtmektedir (Taş vd., 2019; Coryell vd., 2016).

Sunulan bu çalışmamızda VKİ ortalamalarının altında ve üstünde olan katılımcıların BDE puanları karşılaştırıldığında, istatistiki olarak anlamlı farkın olduğu tespit edilmiştir ($p=001$). Bu sonuçta gösteriyor ki, VKİ referans aralığının üstünde olan kişilerin depresyona maruz kaldığı bulgularımız tarafından da desteklenmektedir. Bulgularımız; Deveci ve ark.,

Durmuşçelebi ve Akman, Bunsuz, Tatlı ve Köşeler Beyaz ve Öztürk ve ark. Tarafından yapılan çalışmaların bulguları ile paralellik göstermektedir.

Yapılan çalışmalarda, beden algısı memnuniyetsizliği ile depresif semptomlar arasında pozitif ilişki olduğu tespit edilmiştir (Kim vd., 2016; Almeida vd., 2012).

Beden algısı ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler ile ilgili yapılan çalışmaların çoğunlukla kadın örnekleminde gerçekleştirildiği dikkati çekmektedir. Yapılan çalışmalarda, beden algısı memnuniyetsizliğinin, depresif semptomların görülme ihtimalini anlamlı oranda arttırdığı belirtilmektedir (Pines 2014; Manaf vd., 2016; Lee vd., 2015;). Ayrıca hem kadın hem erkek örnekleminde beden algısı memnuniyetsizliği ile depresif semptomların artması arasında pozitif ilişkiler olduğunu gösteren çalışmalar da mevcuttur (Habib vd., 2016).

Aşırı kilo günümüzde, psikosomatik bir bozukluk, başka bir deyişle psikolojik faktörlerin neden olduğu bir hastalık olarak kabul edilmektedir (Resch vd., 1998). Aynı zamanda kilolu olmak, depresyon başta olmak üzere sosyal, duygusal ve davranışsal sorunlara yol açan kronik ve ilerleyici bir hastalıktır (Yılmaz, 2002).

Vücut kütle indeksi oranı yüksek olan bireylerde psikiyatrik bozukluklar arasında nasıl bir ilişki olduğu yıllardır üzerinde çalışılan bir konudur. Yakın zamanda yapılan araştırmalar, depresif duygu durum ve depresyon tanısı ile VKİ'nin ilişkili olduğunu bildirmiştir (Eskici, 2020; John vd., 2005; Roberts vd., 2003).

SONUÇ

Sonuç olarak, sunulan bu çalışmada VKİ ortalamasının üstünde olan katılımcıların depresyon derecesinin daha yüksek çıkması, VKİ oranları ile ifade edilen beden algısı yada imajı ile depresyon düzeyi arasında bir paralelliğin olduğu göstermektedir. VKİ ile depresyon arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların tutarsız sonuçlar bildirmesi, literatürdeki bu farklı görüşlerin netleşmesi ve norm oluşturulması açısından bu tür çalışmaların çok tekrarlı ve çok katılımcı ile yapılmasını zorunlu hale getirmektedir.

KAYNAKLAR

Almeida S, Severo M, Araújo J, Lopes C, Ramos E. (2012). "Body image and depressive symptoms in 13-year-old adolescents". J Paediatr Child Health, 48,165-171.

- Atak H. (2005). Beliren yetişkinlik: Yeni bir yaşam döneminin Türkiye’de incelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Beck AT, Epstein N, Brown G, Steer RA. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: psychometric properties. *J Consult Clin Psychol*, 56 (6):893–7.
- Bunsuz, E. (2018). Kadınlarda bel çevresi ve beden kitle indeksi ve beck depresyon envanteri puanlaması arasındaki ilişkinin saptanması. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
- Coryell, W. H., Butcher, B. D., Burns, T. L., Dindo, L. N., Schlechte, J. A., ve Calarge, C. A. (2016). “Fat distribution and major depressive disorder in late adolescence”. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 77(1), 7207.
- Deveci A, Demet MM, Özmen B, Özmen E, Hekimsoy Z. (2005). “Obez hastalarda psikopatoloji, aleksitimi ve benlik saygısı”. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 6:84-91.
- Durmuşçelebi, E., ve Akman, M. (2021). “Obezite ile depresyon ve benlik saygısı durumunun ilişkisinin değerlendirilmesi”. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 17(34), 903-919.
- Eskici G. (2020). Obezite ve Egzersiz (Ed. Koç, H.). *Hipokinetik Hastalıklar ve Egzersiz*, Efe Akademi Yayınevi. İst. 113.
- Grogan, S. (2010). Promoting positive body image in males and females: Contemporary issues and future directions. *Sex Roles*, 63 (9-10) : 757-765.
- Habib O, Habib U, Mehraj N. (2016). “A comparative study of body image perception and depression among normal women and women who have undergone mastectomy”. *International Journal of Applied Research*, 2, 507-510.
- Hisli, N. (1989). “Beck depresyon envanterinin üniversite öğrencileri için geçerliliği ve güvenilirliği”. *Türk Psikoloji Dergisi*, 6, 3-13.
- John U, Meyer C, Rumpf HJ. (2005). “Relationships of psychiatric disorders with overweight and obesity in an adult general population”. *Obes Res*, 13,101-109.
- Kim EM, Choi HS, Ahn HY. (2016). “A study of children’s body image and depression in Korea”. *International Journal of Bio-Science and Bio-Technology*, 8:213-224.

- Lee JE, Ahn HY, Choi HS. (2015). "A study of Body Image, Self-esteem and depression in girls with precocious puberty and normal girls". In *Advanced Science and Technology Letters*, 21-25.
- Manaf NA, Saravanan C, Zuhrah B. (2016). "The prevalence and interrelationship of negative body image perception, depression and susceptibility to eating disorders among female medical undergraduate students". *J Clin Diagn Res*, 10, VC01-VC04.
- Okumuş, E. (2009). "Bedene Müdahalenin Sosyolojisi". *Şarkiyat İlmi Araştırmalar Dergisi*, 2,1-15.
- Öztürk M., Şahiner IV, Şahiner Ş, Çayköylü A. (2018). "Majör depresif bozukluk tanısı ile başvuran hastalarda beden kitle indeksinin depresyon şiddeti, yeme tutumu ve dürtüsellelikle ilişkisi". *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 19(2):117–125.
- Pines A. (2014). *Climacteric commentaries*. *Climacteric*, 17:721- 728.
- Polivy J, Herman CP. (2004). "Sociocultural idealization of thin female body shapes: an introduction to the special issue on body image and eating disorders". *J Soc Clin Psychol*, CrossRef, 23:1-6.
- Puccio, F., Fuller-Tyszkiewicz, M., Ong, D., & Krug, I. (2016). "A systematic review and meta-analysis on the longitudinal relationship between eating pathology and depression". *International Journal of Eating Disorders*, 49(5), 439-454.
- Resch, M., Haasz, P., & Sido, Z. (1998). "Obesity as psychosomatic disease". *European Psychiatry*, 13(4), 315-315.
- Roberts RE, Deleger S, Strawbridge WJ. (2003). Prospective association between obesity and depression. Evidence from Alameda Country Study. *Int J Obesity*, 27:514-521.
- Shils ME, Olson JA, Shike M. (1994). *Obesity In Modern Nutrition*. Malvern, PA: Lea & Febiger, p.26-34.
- Taş, H.İ., Ertekin, H., Açar Yıldızoğlu, Ç. & Ertekin, Y.H. (2019). "Majör depresif bozukluk tanılı hastalarda yeme tutumu ve vücut kompozisyonunun depresyon şiddetiyle ilişkisi". *Kafkas Tıp Bilimleri Dergisi*, 9 (1) : 39-45.
- Tatlı, Ç., Esra Köşeler Beyaz, E. (2022). "Kadınlarda Beden Kütle İndeksi, Depresyon, Yeme Davranışı ve Uyku Kalitesi İlişkisinin Belirlenmesi". *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 7 (3): 253-269.

WHO (2024). World Health Organisation. Eriřim Tarihi: 20.04.2024.

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>.

Yılmaz, C. (2002). Endokrinolojide Tanı Basamakları. Güven Kitabevi, 139-140.

