

OKUL ÇAĞI ÇOCUKLARININ VE EBEVEYNLERİNİN GIDA TAKVİYESİ KULLANIMI HAKKINDAKİ TUTUM VE DAVRANIŞLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

EVALUATION OF FOOD SUPPLEMENT USE AND AWARENESS LEVELS OF SCHOOL-AGE CHILDREN AND THEIR PARENTS

İD M.TOLGA YILMAZ¹ İD ADEM DURMAZ² İD ÇAĞLA ÖZDEMİR² İD YASEMİN KURTOĞLU²

¹Adana Saimbeyli Şehit Uzman Çavuş Adem Ambarcı İlçe Devlet Hastanesi, Adana, Türkiye

²Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği, Kütahya, Türkiye

ÖZET

Giriş: Okul çağı çocuklarının ve ebeveynlerinin, gıda takviyesi kullanımı hakkındaki tutum ve davranışlarının ve beslenme alışkanlıklarının değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Çalışma, kesitsel olarak planlanmış olup, katılımcılarını Kütahya ilindeki ilk-orta okul ve lise öğrencileri ile ebeveynleri oluşturmaktadır. Ebeveynlere, demografik özellikler ve Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeğini (SBİTÖ) içeren bir anket uygulanmıştır.

Bulgular: Çocukların %46,9'unun ve özellikle de okul öncesi dönem çocuklarının çoğunlukta (%65,7) olmak üzere gıda takviyesi kullanmakta oldukları görülmektedir. Ebeveynlerin %29'unun gıda takviyesi kullandığı ve çoğunun her gün aldığı saptandı. Çocuğu için gıda takviyesi kullanan ebeveynlerin %84,4'ü, en sık bağışıklık sistemini güçlendirmek amacıyla kullandığını ve gıda takviyesinin faydalı olduğunu düşündüklerini bildirmektedir. Ayrıca en çok solunum sistemi enfeksiyonu sık gözlenen çocukların (%50,2) gıda takviyesini kullandığı saptandı. Gıda takviyesi alan ebeveynlerin %47'sinin çocukları için de bir gıda takviyesi kullandığı gözlemlendi. Ebeveynlerin %55,1'i besinlerden alınan vitamin ve minerallerin sağlığını için yeterli olduğunu düşünmekteydi. Ebeveynlerin toplam SBİTÖ puanı 77.84±10,14 olarak bulunmuştur.

Sonuç: Çocuğu için gıda takviyesi kullanan ebeveynlerin beslenme hakkında bilgileri ve SBİTÖ toplam puanları, kullanmayan ebeveynlere göre anlamlı derecede yüksek olduğu saptandı. Okul çağı çocuklarının ve ebeveynlerinin, gıda takviyesi kullanma oranlarının yüksek olduğu bulundu. Çalışmaya katılan ebeveynlerin, sağlıklı beslenmeye yönelik tutumları da yüksekti. Günümüzde gıda takviyelerine kolay ulaşılabilir olması ve toplum üzerindeki etkinliğinin git gide artması sebebiyle, birinci basamakta görevli aile hekimlerinin gıda takviyeleri ve onların kullanılması hakkında gerekli bilgi ve beceriye sahip olması önemlidir.

Anahtar kelimeler: Ebeveyn, Gıda takviyesi, Öğrenci, Sağlıklı Beslenme.

ABSTRACT

Introduction: The aim of this study was to evaluate the attitudes and behaviours of school-age children and their parents regarding the use of food supplements and their dietary habits.

Methods: The study was planned as a cross-sectional study and the participants consisted of primary and secondary school and high school students and their parents in Kütahya. The parents were administered a questionnaire including demographic characteristics and the Healthy Eating Attitudes Scale (HBAAS).

Results: It was observed that 46.9% of the children, especially preschool children, were using food supplements, with the majority (65.7%) of them using food supplements. It was found that 29% of the parents used food supplements and most of them took them every day. Among the parents who used food supplements for their children, 84.4% reported that they most frequently used food supplements to strengthen the immune system and that they thought that food supplements were beneficial. It was also found that children with frequent respiratory system infections (50.2%) used food supplements the most. It was observed that 47% of the parents who took food supplements also used a food supplement for their children. 55.1% of the parents thought that vitamins and minerals taken from food were sufficient for our health. The total SBİTÖ score of the parents was 77.84±10.14.

Conclusion: It was found that parents who used food supplements for their children had significantly higher knowledge about nutrition and total scores of SBİTÖ compared to non-users. School-age children and their parents were found to have high rates of food supplement use. The attitudes of the parents who participated in the study towards healthy nutrition were also high. Since food supplements are easily accessible today and their effectiveness on the society is increasing, it is important that family physicians working in primary care have the necessary knowledge and skills about food supplements and their use.

Keywords: Food supplement, Healthy eating, Parent, Student.

GİRİŞ

Beslenme; sağlığın korunması, geliştirilmesi ve yaşam kalitesinin artırılması amacıyla vücut için gerekli olan besin maddelerinin, yeterli miktar ve uygun zamanda alınması şeklinde yapılan bir davranıştır. Türk Gıda Kodeksi Takviye Edici Gıdalar Tebliği'nde "normal beslenmeyi takviye etmek amacıyla, vitamin, mineral, protein, karbonhidrat, lif, yağ

asidi, aminoasit gibi besin öğelerinin veya bunların dışında besleyici veya fizyolojik etkileri bulunan bitki, bitkisel ve hayvansal kaynaklı maddeler, biyoaktif maddeler ve benzeri maddelerin konsantre veya ekstraktlarının tek başına veya karışımlarının, kapsül, tablet, pastil, tek kullanımlık toz paket, sıvı ampul, damlalıklı şişe ve diğer benzeri sıvı veya toz formlarda hazırlanarak günlük alım dozu

Sorumlu yazar: Adem Durmaz, Dr. Öğr.Üyesi, Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği, Kütahya, Türkiye.

E-posta: addurmaz@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5890-3622>

Gönderim tarihi: 09.06.2024 **Kabul tarihi:** 24.09.2024

Atf: Yılmaz MT, Durmaz A, Özdemir Ç, Kurtoğlu Y. Okul Çağı Çocuklarının ve Ebeveynlerinin Gıda Takviyesi Kullanımı Hakkındaki Tutum ve Davranışlarının Değerlendirilmesi. Eskisehir Med J. 2024; 5(3): 92-100. doi: 10.48176/esmj.2024.167.

belirlenmiş ürünleri" olarak gıda takviyeleri tanımlanmıştır (1). Amerika Birleşik Devletleri'nde (ABD) ise ilk olarak gıda takviyeleri terimi 1994'te ABD kongresince kabul edilmiş olan Besin Takviyeleri Sağlık ve Eğitim Yasası'nda (The Dietary Supplement Health and Education Act-DSHEA) tanımlanmış ve resmi literatüre girmiştir (2).

Gıda takviyesi kullanım oranları ülkeler arasında büyük çeşitlilik göstermektedir. Çin'de 5-12 yaş arası ilkokul öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada besin takviyesi kullanım oranı %20.4 olarak bulunmuştur (3). Tayvan'da ise ilkokul öğrencilerinin yaklaşık %22'sinin besin takviyesi kullandığı tespit edilmiştir (4). ABD'de yetişkinlerin yaklaşık yarısının (%49), çocuk ve ergenlerin ise yaklaşık üçte birinin (%31) gıda takviyesi kullandığı tespit edilirken (3) ülkemizde ise gıda takviyesi kullanım oranları %38.2 olarak bulunmuştur (5). Gıda Takviyesi ve Beslenme Derneği (GTBD) tarafından yapılan gıda takviyeleri ve beslenme davranışlarının sorgulandığı benzer bir çalışmada da son 3 ayda gıda takviyesi kullananların oranları %60 olarak bulunmuştur ve gıda takviyesi kullanan her 10 kişiden 9'unun bağışıklık sistemini güçlendirmek amacıyla gıda takviyelerini kullandığı tespit edilmiştir. Yine aynı çalışmada, en fazla vitaminlerin kullanıldığı ve yaş olarak da en fazla 25-34 yaş grubu insanların gıda takviyelerini kullandığı saptanmıştır. Son 3 ay içinde gıda takviyesi kullanan kişilerin %14'ü yıllardır gıda takviyesi kullandığını belirtirken %96'sı da kullandığı gıda takviyesinin fonksiyonel bir faydası olduğunu belirtmiştir (6).

Yapılan kesitsel araştırmalarda, gıda takviyesi alan kullanıcıların; kadın, sigara kullanmayan, alkol düzeyi düşük içecekler tüketen ve yüksek eğitim düzeyine sahip kişilerden oluştuğu saptanmıştır. Ayrıca gıda takviyesi alan kişilerin fiziksel olarak aktif ve sağlıklı beslenen bireylerden oluştuğu gözlenmiştir (7).

Çalışma, Kütahya ilindeki okul çağı çocuklarının ve ebeveynlerinin gıda takviyesi kullanımı hakkındaki tutum ve davranışlarını ve beslenme alışkanlıklarının bu duruma etkisini araştırmak amacıyla yapılmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Çalışma, Kütahya il merkez okullarında 26.09.2022-31.12.2022 tarihleri arasında, kesitsel olarak yapılmıştır.

Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Çalışma evrenini Kütahya il merkezinde eğitim ve öğretim gören okul öncesi, ilk-orta ve lise düzeyindeki öğrenciler ve ebeveynleri oluşturmaktadır. Örneklem büyüklüğü, her eğitim düzeyindeki öğrenci sayıları ayrı ayrı değerlendirilerek %95 doğruluk, %5 hata payı ile en küçük örneklem sayısı (okul öncesi öğrencilerinde 147 kişi, ilköğretim ilk 4 yıl, son 4 yıl ve lise için 149 kişiden oluşacak şekilde) 594 öğrenci ve ebeveynleri olarak hesaplanmış olup, tamamına ulaşılması planlanmıştır. Çalışma Kütahya il merkezinde eğitim alan okul öncesi, ilk, orta okul ve lise

seviyesindeki öğrencilerin ebeveynleri üzerinde yapıldı. Çalışmaya anketlere cevap verebilecek seviyede mental kapasitesi olanlar ve araştırmaya katılma konusunda gönüllü olan öğrenciler ve ebeveynleri dahil edilirken şartları sağlamayan katılımcılar ise çalışma dışı bırakılmıştır.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Çalışmada literatür taranarak hazırlanan demografik bilgiler ve Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeğini (SBİTÖ) içeren 53 soru içeren bir anket uygulanmıştır.

Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği (SBİTÖ): Güvenilirlik ve geçerlilik testleri Tekkurşun Demir ve Cicioğlu (8) tarafından yapılan ve likert tipi bir ölçektir ve 4 faktör ve 21 maddeden oluşmaktadır. Dört faktör, Kötü Beslenme (KB), Olumlu Beslenme (OB), Beslenmeye Yönelik Duygu (BYD) ve Beslenme Hakkında Bilgi (BHB) olarak adlandırılmıştır. Ölçeğe ait iç tutarlılık katsayıları, BHB faktörü için 0.90, BYD için 0.84, OB faktörü için 0.75 ve KB faktörü için 0,83 olarak bulunmuştur. Sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeğinin toplam puanının alfa katsayısı 0,90'dır. SBİTÖ'den alınabilecek en düşük puan 21, en yüksek puan 105'tir. SBİTÖ'den alınan 21 puan çok düşük, 23-42 puan düşük, 43-63 puan orta, 64-84 puan yüksek ve 85-110 puan ideal düzeyde yüksek sağlıklı beslenmeye ilişkin tutuma sahip olduğu şeklinde yorumlanır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Çalışmanın büyük bir pandemi sonrası yapılmış olması, çalışmanın en büyük kısıtlılıklarından birini oluşturmaktadır. Pandemi esnasında, dünya genelinde gıda takviyelerine ve vitaminlere olan ilginin artması ve çalışmanın sadece il merkezinde yapılmış olması da diğer kısıtlılıklarıdır.

Araştırmanın Etik Yönü

Gerekli etik kurul onayı, Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 17.08.2022 tarih ve 2022/08-30 karar no ile alınmıştır. Ayrıca Kütahya İl Millî Eğitim Müdürlüğünden de 16.09.2022 tarih ve E-53490996-44-57935418 sayılı izinler alınarak çalışma yapılmıştır.

Verilerin Analizi ve Değerlendirme

Çalışmada elde edilen verilerin giriş ve değerlendirilmesinde SPSS 22 (Statistical Package for Social Sciences for Windows) paket programı kullanılmıştır. Sürekli değişkenlere ait tanımlayıcı istatistikler ortalama ve standart sapma ile kategorik verilere ait tanımlayıcı istatistikler frekans ve yüzde olarak sunuldu. Değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov-Smirnov testi ile değerlendirildi. Normal dağılıma uyan değişkenlerin analizinde ikili gruplarda Independent Samples-T test ve çoklu gruplarda Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) kullanıldı. Normal dağılıma uymayan değişkenlerin analizinde Mann-Whitney U testi ve Kruskal Wallis testi

Tablo 1. Ebeveynlerin sosyodemografik özellikleri

Özellikler	n	%	
Yaş	≤35 yıl	157	27,4
	36-45 yıl	327	57,2
	≥46 yıl	88	15,4
Cinsiyet	Kadın	380	66,4
	Erkek	192	33,6
Eğitim Durumu	Okur-yazar değil	5	0,9
	İlkokul	84	14,7
	Ortaokul	62	10,8
	Lise	211	36,9
	Üniversite	210	36,7
Meslek durumu	Kamu çalışanı	138	24,1
	Özel sektör	148	25,9
	Ev hanımı	241	42,1
	Çalışmıyor	15	2,6
	Diğer	30	5,0
Çocuk Sayısı	Tek Çocuk	88	15,4
	İki Çocuk	312	54,5
	Üç Çocuk	148	25,9
	Dört ve Üzeri	24	4,2
Medeni Durumu	Evli	548	95,8
	Bekar	24	4,2
Eşyle Ayrı Yaşama Durumu	Evet	47	8,2
	Hayır	525	91,8
Aile Yapısı	Çekirdek Aile	480	83,9
	Geniş Aile	92	16,1
Gelir Düzeyi	0-4000 tl	121	21,2
	4001-10 000 tl	277	48,4
	10 001-20 000 tl	136	23,8
	20 001 ve üzeri	38	6,6
Sosyal Güvence	SGK	504	88,1
	GSS-Yeşil Kart	27	4,7
	Özel Sigorta	16	2,8
	Yok	25	4,4

kullanıldı. Tüm analizlerde $p<0.05$ değeri istatistiksel olarak anlamlı kabul edildi.

BULGULAR

Araştırmaya gönüllü olarak katılan toplam 572 ebeveynin sosyodemografik verileri incelendi. Ebeveynlerin yaş

Tablo 2. Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği Total Skor ve Alt Skorları

	Ortalama (±SS)	Min-Max	
SBİTÖ Total Skor	77,84 (±10,14)	37-104	
Beslenme Hakkında Bilgi (BHB)	19,70 (±4,20)	5-25	
Beslenmeye Yönelik Duygu (BYD)	19,05 (±4,53)	6-30	
Olumlu Beslenme Alışkanlığı (OB)	18,69 (±3,98)	5-25	
Kötü Beslenme Alışkanlığı (KB)	20,39 (±3,87)	6-25	
	n	%	
SBİTÖ Skorlarına göre	Düşük	1	0,2
	Orta	46	8,0
	Yüksek	383	67,0
	İdeal	142	24,8

SBİTÖ: Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği

ortalaması 39.27 ± 6.05 (median 39, min:23 max:62) yıl olup, ebeveynlerin %57,2'si (n=327) 36-45 yaş aralığında olduğu gözlemlendi. Ebeveynlerin %66,4'ü (n=380) kadın, %36,9'u (n=211) lise mezunu, %36,7'si (n=210) de üniversite mezunuydu (Tablo 1).

Çocukların yaş ortalaması 10.62 ± 3.81 (median 12, min:3 max:18) yıl iken %50,9'unun (n=291) erkek öğrencilerden oluştuğu gözlemlendi. Katılımcı çocukların %18,4'ü (n=105) de okul öncesi dönem, %26,7'si (n=153) ilkokul, %28,5'i (n=163) ortaokul ve %26,4'ü ise lise (n=151) düzeyinde eğitim almaktaydı. Çocukların %88,6'i (n=507) devlet, %11,4'si (n=65) de özel kurumlarda eğitim almaktaydı.

Çalışmaya katılan kronik hastalığı olan çocukların %66'sı (n=31) gıda takviyesi kullanmaktaydı ve kronik hastalığının bulunması ile gıda takviyesi kullanılması arasında anlamlı bir ilişki bulundu ($p<0,05$). Gıda takviyelerinin; solunum yolları enfeksiyonuna yatkınlığı bulunan çocukların %50,2'si (n=210), idrar yolları enfeksiyonlarına yatkınlığı bulunanların %48,6'sı (n=18), gastrointestinal sistem enfeksiyonlarına yatkınlığı bulunanların da %45,6'sının (n=26) gıda takviyesi kullandığı gözlemlendi. Gıda takviyesi kullanımı ile çocukların yatkın olduğu enfeksiyonlar arasında anlamlı bir ilişki bulundu ($p<0,05$) (Şekil 1).

Çocuklarda en sık kullanılan gıda takviyelerinin sınıf düzeylerine göre ilişkisi incelendiğinde, D vitamininin okul öncesi çocukların %62,9'unda (n=42) kullanıldığı, bunu %47,8 (n=33) oranıyla balık yağı-omega3 kullanımının takip ettiği görüldü. İlkokul çocuklarında en sık kullanılan gıda takviyesi %62 (n=49) oranıyla balık yağı-omega3 iken ikinci sırayı %53,2 (n=42) ile D vitamini oluşturmaktaydı. Ortaokul çocuklarının %51,6'sı (n=33) D vitamini kullanırken %39,1'i (n=25) aynı oranda balık yağı ve demir kullanmaktaydı. Lise çağında ise %50 (n=28) oranıyla D vitamini ve yine aynı oranda B12 vitamininin kullanıldığı görüldü (Şekil 2).

Çalışmaya katılan ebeveynlerin BKİ'ye göre %46,9'u (n=268) normal kilolu, %36'sı (n=206) fazla kilolu,

Tablo 3. SBİTÖ total skor ve alt skorlarının ebeveynlerin sosyodemografik özellikleriyle karşılaştırılması

Özellikler	Beslenme Hakkında Bilgi	Beslenmeye Yönelik Duygu	Olumlu Beslenme	Kötü Beslenme	SBİTÖ Total Skor
Cinsiyet					
Erkek	19,34(±4,20)	18,26(±4,75)	18,53(±4,12)	19,97(±4,08)	76,12(±10,87)
Kadın	19,87(±4,00)	19,45(±4,36)	18,76(±3,91)	20,60(±3,75)	78,70(±9,64)
^a p değeri	0,307	0,002	0,637	0,086	0,003
Eğitim Durumu					
İlkokul	18,40(±4,21)	19,39±4,83	17,94(±4,45)	19,92(±4,02)	75,66(±10,06)
Ortaokul	18,96(±3,84)	19,27(±4,36)	18,66(±4,06)	20,00(±4,41)	76,90(±9,54)
Lise	19,47(±4,15)	18,74(±4,66)	18,12(±4,13)	20,06(±3,89)	76,41(±9,91)
Üniversite	20,69(±4,16)	19,15±(4,32)	19,58(±3,40)	21,04(±3,54)	80,47(±10,08)
^b p değeri	≤0,001	0,629	≤0,001	0,024	≤0,001
Meslek					
Kamu çalışanı	20,57(±3,88)	18,74(±4,66)	19,26(±3,89)	20,51(±4,04)	79,09(±11,60)
Özel sektör	19,63(±4,17)	18,77(±4,85)	18,62(±4,00)	19,89(±4,00)	76,91(±9,70)
Ev hanımı	19,41(±3,88)	19,49(±4,13)	18,54(±3,89)	21,03(±3,33)	78,48(±8,77)
Çalışmıyor	17,46(±5,87)	20,66(±4,60)	16,80(±5,10)	17,53(±5,70)	72,46(±15,02)
Diğer	19,46(±5,15)	17,50(±4,97)	18,53(±4,18)	18,60(±4,12)	74,10(±10,93)
^b p değeri	0,022	0,062	0,157	≤0,001	0,013
Gelir Durumu (TL)					
0-4000	18,23(±4,49)	19,28(±4,87)	17,82(±4,24)	20,55(±3,65)	75,89(±10,07)
4001-10 000	19,58(±4,03)	19,08(±4,41)	18,55(±4,04)	20,33(±3,95)	77,56(±9,78)
10 001-20 000	20,70(±3,94)	19,30(±4,36)	19,53(±3,64)	20,68(±3,61)	80,22(±10,05)
20 001 ve üzeri	21,60(±3,85)	17,23(±4,66)	19,39(±3,98)	19,26(±4,68)	77,50(±11,88)
^b p değeri	≤0,001	0,077	0,004	0,235	0,006
Medeni Durum					
Evli	20,39(±4,95)	18,87(±4,52)	17,78(±4,10)	20,15(±4,23)	77,21(±10,02)
Bekar	19,65(±4,15)	19,06 (±4,53)	18,74(±3,97)	20,41(±3,85)	77,87(±10,15)
^a p değeri	0,140	0,920	0,137	0,865	0,821

aBağımsız Örneklem T testi bOneWay Anova
SBİTÖ: Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği

%14'ünde (n=80) obez olduğu görüldü. %65,2'sinin (n=373) hiç sigara kullanmadığı, %31,6'sının (n=31) da aktif şekilde sigara kullandığı bulundu. Ebeveynlerin alkol alımı incelendiğinde alkol almayanların oranı %94,6 (n=541) idi.

Ebeveynlerin SBİTÖ ve alt boyutlarının puan ortalamaları incelendiğinde; Beslenme Hakkında Bilgi alt boyutu için 19,70±4,20, Beslenmeye Yönelik Duygu alt boyutu için 19,05±4,53, Olumlu Beslenme alt boyutu için 18,69±3,98, Kötü Beslenme alt boyutu için 20,39±3,87 ve toplam SBİTÖ puanı için 77,84±10,14 olarak bulunmuştur. Katılımcıların %67'sinin (n=383) yüksek, %24,8'inin (n=142) ideal, %8'inin (n=46) de orta düzeyde sağlıklı beslenmeye ilişkin tutuma sahip oldukları gözlemlendi (Tablo 2).

Ebeveynlerde yaş ile SBİTÖ toplam puanı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır (Spearman's Korelasyon Katsayısı r=-0.092, p<0.05). Ebeveynlerin sosyodemografik özellikleri ile SBİTÖ toplam puanı

karşılaştırıldığında medeni durum ile arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Kadınlarda, üniversite mezunlarında, kamu çalışanlarında, 10 001- 20 000 TL arası geliri bulunanlarda toplam SBİTÖ puanı daha yüksek bulunmuştur (p<0,05). SBİTÖ alt boyutları incelendiğinde Beslenme Hakkında Bilgi alt boyutunda üniversite mezunlarının, kamu çalışanlarının, 20 001 TL ve üzeri geliri bulunanların puan ortalamalarının daha yüksek olduğu gözlemlendi (p<0,05). Beslenmeye Yönelik Duygu alt boyutunda kadınların puan ortalamalarının, Olumlu Beslenme alt boyutunda ise üniversite mezunlarının, 10 001- 20 000 TL arası geliri bulunanların puan ortalamalarının daha yüksek olduğu görüldü (p<0,05). Kötü Beslenme alt boyutunda üniversite mezunlarının, kamu çalışanlarının puan ortalamalarının daha yüksek olduğu bulundu (p<0,05). Ebeveynlerin yaş grupları arasında, kadınlarda, üniversite mezunu olanlarda ve

Tablo 4. SBİTÖ total skor ve alt skorlarının ebeveynlerin alışkanlıkları, sağlık durumları ve sağlık alışkanlıkları ile karşılaştırılması

Özellikler	Beslenme Hakkında Bilgi	Beslenmeye Yönelik Duygu	Olumlu Beslenme	Kötü Beslenme	SBİTÖ Total Skor
Kronik hastalık					
Evet	19,3(±3,95)	18,83(±5,07)	18,15(±4,39)	19,23(±4,53)	75,55(±11,19)
Hayır	19,7 (±4,25)	19,09(±4,43)	18,78(±3,90)	20,60(±3,71)	79,24(±9,90)
^a p değeri	0,165	0,605	0,333	0,012	0,022
Gıda Takviyesi Alma Durumu					
Evet	20,48(±3,41)	19,04(±4,50)	18,79(±3,55)	20,38(±3,63)	78,70(±9,08)
Hayır	19,38(±4,45)	19,05(±4,55)	18,64(±4,14)	20,39(±3,97)	77,48(±10,53)
^a p değeri	0,022	0,889	0,594	0,631	0,168
Diyetisyene Gitme Durumu					
Evet	20,20 (±4,62)	18,81(±5,18)	19,25(±4,49)	20,35 (±3,77)	78,63(±10,69)
Hayır	19,56 (±4,07)	19,12(±4,34)	18,53(±3,82)	20,40(±3,90)	77,62(±9,98)
^a p değeri	0,015	0,456	0,017	0,778	0,152
Düzenli Egzersiz Yapma					
Evet	20,73(±3,99)	19,09(±5,22)	20,34(±3,88)	20,95(±3,83)	81,14(±10,88)
Hayır	19,50(±4,22)	19,04(±4,39)	18,37(±3,92)	20,28(±3,87)	77,20(±9,87)
^a p değeri	≤0,001	0,787	≤0,001	0,072	≤0,001
Düzenli Sağlık Kontrolü Yaptırma					
Evet	19,98(±4,12)	18,84(±4,77)	19,43(±3,83)	20,17(±4,10)	78,43(±10,31)
Hayır	19,53(±4,25)	19,18(±4,38)	18,24(±4,01)	20,52(±3,72)	77,48(±10,03)
^a p değeri	0,111	0,341	≤0,001	0,528	0,338
Sigara Kullanma					
Evet	19,80(±4,03)	18,31(±4,63)	18,19(±3,89)	19,59(±20,76)	75,91(±9,80)
Hayır	19,65(±4,28)	19,39(±4,45)	18,91(±4,01)	20,76(±3,78)	78,73(±10,18)
^a p değeri	0,896	0,009	0,023	≤0,001	0,001
Alkol Kullanma					
Evet	20,73(±3,99)	19,09(±5,22)	20,34(±3,88)	20,95(±3,83)	81,14(±10,88)
Hayır	19,50(±4,22)	19,04(±4,39)	18,37(±3,92)	20,28(±3,87)	77,20(±9,87)
^a p değeri	0,197	0,040	0,262	0,348	0,9710
Çocuk için Gıda Takviyesi Kullanma Durumu					
Evet	20,36(±3,71)	19,36(±4,40)	18,83(±3,84)	20,65(±3,67)	79,21(±10,17)
Hayır	19,11(±4,52)	18,77(±4,63)	18,56(±4,10)	20,16(±4,03)	76,62(±9,96)
^a p değeri	0,001	0,155	0,696	0,228	0,001

aBağımsız Örneklem T testi bOneWay Anova
SBİTÖ: Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği

kamu görevlisi olanlarda SBİTÖ puanları anlamlı bir şekilde yüksek olduğu gözlemlendi ($p<0.05$). Ebeveynlerde BKİ değerleriyle gruplanan SBİTÖ skorlarından aldığı toplam puanlar karşılaştırıldığında BKİ değerleriyle alınan SBİTÖ toplam puanlarına bakıldığında anlamlı bir ilişki bulunamadı. SBİTÖ'den yüksek skor puanları alan ebeveynlere baktığımızda en fazla özel sektör çalışanlarının yüksek puanlar aldığı gözlemlendi (%75) ($n=111$). Ebeveynlerin meslekleriyle SBİTÖ'den aldığı

skorların toplam puanları karşılaştırıldığında anlamlı bir ilişki bulundu ($p<0,05$) (Tablo 3).

Ebeveynlerin sağlık durumları, gıda takviyesi alma durumları ve sağlık alışkanlıkları ile SBİTÖ total puanlarını karşılaştırıldı. Kronik hastalığı olmayanlarda, düzenli egzersiz yapanlarda, sigara kullanmayanlarda ve çocuğu için gıda takviyesi kullananlarda SBİTÖ total skorunun daha yüksek olduğu gözlemlendi ($p<0.05$). Çocuğu için gıda takviyesi kullanan ebeveynlerde; Beslenme Hakkındaki

Bilgi alt skoru ve SBİTÖ toplam skoru anlamlı olarak ilişkili olduğu saptandı ($p<0.05$) (Tablo 4).

Çocukların %61,6'sı ($n=165$) gıda takviyelerini, bağışıklık sistemini güçlendirmek amacıyla, %45,1'i ($n=121$) vitamin/mineral eksikliklerinin tedavisine destek olmak amacıyla, %32,5'i ($n=87$) de doktor/eczacı tavsiyesiyle kullanmaktaydı. Çocuğu için gıda takviyesi kullanan ebeveynlerin %84,4'ü ($n=233$) kullandığı gıda takviyesinin çocuğunun sağlığı için faydalı olduğunu düşünmekteydi.

Çalışmada beslenme şekilleri araştırıldığında çocukların %67,8'i ($n=388$) yemek seçerken; ebeveynlerin %65,2'si ($n=373$) çocuğunun yeterince et yediğini, %74,3'ü ($n=425$) çocuğunun yeterince meyve yediğini, %33,7'si ($n=193$) de çocuğunun yeterince balık yediğini düşünmekteydi.

TARTIŞMA

Bu çalışma Kütahya İl merkezinde Millî Eğitim Bakanlığı'na bağlı özel ve devlet okullarında eğitim alan gönüllü 572 çocuk ve onların ebeveynleri üzerinde yapılmıştır. Bu çalışmada ebeveynlerin yaşı arttıkça gıda takviyesi kullanma oranlarının da anlamlı şekilde arttığı gözlenmiştir. Ülkemizde COVID-19 pandemisi esnasında, gıda takviyesi kullanılması üzerine yapılan başka bir çalışmada, en çok gıda takviyesi kullanıma yaşının, 40 yaş ve üzeri bireylerde olduğu tespit edilmiştir bu sonuç bizim çalışmamızla örtüşmektedir (9).

ABD'de 30899 yetişkin üzerinde yapılan bir çalışmada katılımcıların %51,2'si son 30 gün içinde gıda takviyelerini kullandığını bildirmiştir. Aynı çalışmada katılımcıların %50,9'unu kadınlar oluştururken kadınların da %56,4'ü gıda takviyesi kullandığını beyan etmiştir (10). Bu bulgular oransal olmasa da sonuç olarak çalışmamız ile örtüşmektedir. Çalışmamızda gıda takviyesi kullanıma durumunu cinsiyetlere göre karşılaştırdığımızda anlamlı bir fark bulunduğu tespit edilmiştir. Avrupa'da 6 ülke ve 24 şehirde, 18 yaş üzeri bireyler üzerinde yapılan başka bir çalışmada da gıda takviyesi kullanıma oranları %18,8 olarak tespit edilmiştir. Gıda takviyesi kullanıma oranları ülkeler tek tek ele alındığında; Finlandiya %9,6, Almanya %16,9, İtalya %22,7, Romanya %17,6, İspanya %18,0 ve Birleşik Krallık %19,1 şeklinde olduğu gösterilmiştir (11). Çalışmada gıda takviyesinin kullanıma oranlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu durum pandeminin etkisiyle olabilir. Çünkü COVID-19 pandemisinde, güçlü bir bağışıklık sistemine sahip olmanın, bu hastalıkla mücadelede faydalı olduğu bilinmektedir (12). Bu nedenle gıda takviyelerine ilgi artmış ve kullanıma oranları da bu duruma paralel olarak arttırmış olabilir.

Danimarka'da yapılan bir çalışmada, katılımcıların %71,2'si son 12 ay içinde en az bir besin takviyesi kullandığı gözlenmiştir. Kullanım oranı erkeklerde %63,3, kadınlarda da %78,3'tür (13). Ülkemizde gıda takviyesi kullanıma oranları daha düşük bulunmuştur. Ülkemizde bu durum incelendiğinde; maddi yetersizlikler, gıda takviyelerinin

işlevlerinin tam bilinmemesi ya da gıda takviyelerine yeterince güven duyulmaması gibi nedenler olduğu gözlenmiştir. Almanya'da yapılan benzer bir çalışmada, katılımcıların yaş ortalaması 54,1 yıl ve %58'inin kadınlardan oluştuğu gözlenmiştir. Takviye kullanımının kadınlarda (%44,7) erkeklerden (%34) daha yaygın olduğu görülmüştür (14). Ülkemizde gıda takviyesi kullanılmasına dair 800 kişi üzerinde yapılan bir çalışmada da gıda takviyesi kullanıma oranları %35,2 bulunmuştur. Bu oranın %26,6'sını kadınlar oluştururken, %8,6'sını da erkekler oluşturmaktaydı (15). Çalışmada da benzer şekilde kadınlarda gıda takviyesi kullanım oranları erkeklerden anlamlı derecede yüksek bulundu.

Amerika'da yapılan bir çalışmada, eğitim düzeyiyle gıda takviyesi kullanımı arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Aynı çalışmada 4 yıl veya üzeri üniversite mezunu olan katılımcılar arasında gıda takviyesi kullanım oranı %65 iken lise ve altı eğitim düzeyinde olanlarda bu oran %37 olarak bulunmuştur (17). Avrupa'da yapılan başka bir çalışmada da eğitim ve sosyoekonomik düzeyi yüksek olan bireylerde gıda takviyesi kullanıma oranlarının da arttığı bulunmuştur (11). Benzer bir çalışmada da gıda takviyesi kullanan bireylerin kullanmayanlara oranla hem daha fazla eğitim düzeyine sahip olduğu hem de daha iyi sosyoekonomik düzeye sahip olduğu bulunmuştur (18). Biz de çalışmamızda en yüksek gıda takviyesi kullanım oranını %39 ile üniversite mezunlarında bulduk ayrıca sosyoekonomik düzeyi yüksek olan ebeveynlerde gıda takviyesi kullanım oranı anlamlı derecede yüksek bulunmuştur.

Ebeveynlerin yaşam tarzındaki kötü alışkanlıkları değerlendirildiğinde, ebeveynlerin %31,6'sı aktif olarak sigara kullanmakta olduğu, %3,1'inin de daha önce kullanıp bıraktığı tespit edildi. Alkol kullanımı da incelendiğinde ebeveynlerin %5,4'ü aktif olarak alkol kullanmaktaydı. TÜİK Türkiye Sağlık Araştırması 2019 verilerine göre Türkiye'de aktif sigara kullananların oranı %31,4, aktif alkol kullananların oranı da %14,9'dur (19). Çalışmada sigara kullanan ebeveynlerin %32,2'si gıda takviyesi kullanmaktaydı. Bu oran sigara kullanan ebeveynlerden anlamlı derecede yüksek bulundu Alkol kullanan bireylerde de gıda takviyesi kullanım oranları %45,2 bulundu. Bu oran da alkol almayanlara göre anlamlı oranda yüksekti. Özetleyecek olursak, sigara kullanan ve alkol alan ebeveynlerin gıda takviyesi kullanma oranları daha yüksekti bu da ebeveynlerin sağlıklarını koruma içgüdüsüyle, bu tür takviyelere daha fazla önem vermelerinden olabilir. Çalışmaya, benzer şekilde ABD'de yapılan bir çalışmada da sigara içmeyen bireylerde ve alkol alan bireylerde gıda takviyesi kullanım oranları daha fazladır (11). Bu alkolün yan etkilerinden korunmak için gıda takviyelerinin daha fazla kullanılması nedeniyle olabilir.

Çalışmaya katılan ebeveynlerin, gıda takviyelerini hangi sıklıkta tükettiğini de araştırıldığında, çoğu ebeveyn her

gün gıda takviyelerini kullandığını (%34,9) belirtmiştir. Bu konu üzerinde Avrupa'da Garcia-Alvarez ve ark.larının (11) yaptığı bir çalışmada ise bu çalışmayla benzer şekilde, bireylerin %37.3'ü her gün gıda takviyesi ürünlerini almakta olduğu görülmüştür.

Çalışmada ebeveynlerin en çok tercih ettiği gıda takviyeleri incelendiğinde; sırasıyla B12 vitamini, D vitamini, demir, C vitamini, yeşil çay, magnezyum, kalsiyum, folik asit, multivitamin ve balık yağı-omega3 bulunmuştur. TBSA 2017 verilerinde 19-64 yaş grubunda en sık kullanılan gıda takviyelerinin ilk üçünü de B12 vitamini, D vitamini ve demir olduğu bulunmuştur (20). Türkiye'de yapılan başka bir çalışmada; C vitamini, B vitamini, kalsiyum ve D vitamini en sık kullanılan gıda takviyelerini oluşturduğu saptanmıştır (21). COVID-19 pandemisi döneminde ülkemizde yapılan bir başka çalışmada en sık kullanılan gıda takviyesi D vitamini olurken diğer sık kullanılan takviyeler sırasıyla multivitaminler ve C vitaminiydi (22). COVID-19 pandemisinden bağımsız olarak yapılan bir araştırmada kullanılan gıda takviyelerinin %27'si B12 vitamini, %24'ü D vitamini ve %17'sini de aynı oranlarla multivitamin ve C vitamini oluşturduğu saptanmıştır (23).

Gahche ve ark.ları ileri yaştaki bireylerin neden gıda takviyesi kullandığı üzerine yaptığı çalışmada, bireylerin en sık; genel sağlık durumuna destek olmak yada iyileştirmek (%41), kemik sağlığını korumak (%37), mevcut sağlıktaki iyilik halini korumak (%36), diyetle destek olmak (%22) için kullandığını bildirmektedir (24). Çalışmada benzer şekilde en sık kullanım nedenleri; demir veya vitamin eksikliklerinin tedavisi (%60), bağışıklık sisteminin güçlendirilmesi (%51,2) ve sağlığın korunması olduğu saptandı. Suudi Arabistan'da yapılan benzer bir çalışmada katılımcıların %35,9'u gıda takviyelerinin tüm yaş grupları için gerekli olduğunu düşünmekteydi. Katılımcıların %25,1'i de gıda takviyelerinin kanseri önleyebileceği düşüncesine sahiptir (25). Bulgular yapılan bu çalışma ile örtüşmekteydi. Ebeveynlerin %47,9'u da gıda takviyelerinin her yaş için gerekli olduğunu düşünmekteydi. Gıda takviyelerinin düzenli kullanımının kronik hastalıkları önleyeceği düşüncesine de ebeveynlerin %27,8'i düşünmekteydi. Ebeveynlerin %18,7'si de gıda takviyelerinin düzenli kullanılmasının kanserleri önleyebileceği düşüncesindeydi.

ABD'de 2011-2014 yılları arasında çocukların gıda takviyesi kullanımının araştırıldığı bir çalışma yapılmıştır. Çalışmada Ulusal Sağlık ve Beslenme İnceleme Anketi (NHANES) verileri üzerinden çocukların %32'sinin gıda takviyesi aldığı gözlenmiştir (26). Bu çalışmada bu oranın daha yüksek olduğu bulundu. Bu durum, çalışmanın yaşanan büyük bir pandemi sonrasında yapılmış olmasıyla açıklanabilir. Aynı çalışmada çıkan sonuçlara bakıldığında bu çalışma ile uygun olarak artan yaşla birlikte daha düşük gıda takviyesi kullanıldığı ortaya çıktı. Yapılan bu çalışmada da benzer şekilde sınıf düzeyleri arttıkça ve yaşları büyüdükçe

çocukların gıda takviyesi alma durumları azalmaktaydı. Yine NHANES verilerine göre özel sağlık sigortası olan çocukların (%40) gıda takviyesi kullanma durumu, kamu (%24) veya sağlık sigortası olmayanlara (%28) göre daha fazla olduğu bulunmuştur. Ayrıca ebeveynlerinin eğitim düzeyi yüksek ve gelir düzeyi fazla olanların çocuklarında gıda takviyesi kullanımının daha fazla olduğu gözlenmiştir bu durum yapılan bu çalışmayla örtüşmektedir. Liu ve ark.larının (27) yaptığı çalışma da bu çalışmayla benzer şekilde ebeveynlerin eğitim düzeyleriyle çocukların gıda takviyesi kullanması arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır.

Çalışmaya katılan ebeveynlere, beslenme hakkındaki tutum ve davranışlarını değerlendirmek amacıyla, SBİTÖ ölçeği uygulandı. Katılımcı ebeveynlerin %67'sinin, sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarının yüksek derecede olduğu gözlemlendi. Özenoğlu ve ark.ları (28) 20-65 yaşarası 750 katılımcı üzerinde yaptıkları bir çalışmada, katılımcıların %67.3'ünün yüksek derecede sağlıklı beslenmeye ilişkin tutuma sahip olduğu gözlenmiştir. Bu sonuçlara göre çalışmaya katılan ebeveynler birer yetişkin olarak düşünüldüğünde, sonuçlar yapılan bu çalışmayla örtüşmekteydi ve ülkemizde her on yetişkinden neredeyse yedisinin sağlıklı beslenmeye ilişkin yeterli tutuma sahip olduğu gözlemlendi. SBİTÖ alt boyutları ayrı ayrı değerlendirildiğinde ise beslenme hakkında bilgi alt boyutunun puan ortalamasının; üniversite mezunu olan, kamuda çalışan, 20 001 TL ve üzeri geliri bulunan ebeveynlerde daha yüksek olduğu bulundu. Bıçakçı ve ark.larının (29) ve Çin'de Gao ve ark.larının (30), yaptığı benzer çalışmalarda da, üniversite eğitimi alanların beslenme hakkındaki bilgi puanlarının, anlamlı şekilde diğerlerinden yüksek olduğu bulunmuştur. Sonuçlar bu çalışmayla örtüşmektedir, yani eğitim durumunun, sağlıklı beslenme hakkındaki bilgi ve sağlıklı beslenmeye yönelik tutumları etkileyen önemli bir faktör olduğunu göstermektedir. Gıda takviyesi kullanan ebeveynlerde SBİTÖ'nün beslenme hakkındaki bilgi alt boyutuyla ilişkili olduğu bulundu ancak diğer alt boyut ve toplam puan açısından anlamlı bir ilişki bulunmadı. Literatürü taramasında bu konuda yapılmış herhangi bir çalışmaya da rastlamadı. Çocuğu için gıda takviyesi kullanan ebeveynlerin beslenme hakkında bilgi ve SBİTÖ toplam puanları anlamlı düzeyde yüksekti.

Gana'da Quaidoo ve ark.larının (31) genç yetişkinler üzerinde yaptığı ve beslenme hakkındaki bilgi kaynaklarını araştırdığı bir çalışmada, bilgi kaynağı sağlık profesyonelleri ve çevrimiçi kaynaklar olan bireylerin beslenme bilgi skorlarının anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır. Yapılan bu çalışmada da benzer şekilde bilgi kaynağı olarak doktorları tercih eden ebeveynlerin, SBİTÖ beslenme hakkında bilgi alt boyutu puanlarının anlamlı derecede yüksek olduğu gözlemlendi. Diğer bilgi kaynaklarını tercih eden ebeveynlerin ise aldığı SBİTÖ alt boyut ve toplam puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptandı.

Kısıtlılıklar

Çalışmanın büyük bir pandemi sonrası yapılmış olması ve dar bir alanda, sınırlı sayıda katılımcı ile yapılmış olması bu çalışmanın kısıtlılıkları arasında yer almaktadır. Ebeveynlere göre çocuklar her zaman yeterince beslenemediği bildirilse de objektif olarak bu konu değerlendirilememiştir. Bu nedenle de çocukların yeterince beslenip beslenemedikleri, aldıkları gıdalardan yeterince vitamin, mineral ve protein alıp almadıkları konusunda net bir bilgi bulunamaması da bu çalışmanın başka bir kısıtlılığıdır.

SONUÇ

Günümüzde tedavi amacıyla kullanılan ilaçlar hakkında düşünceler değişmekte ve gitgide insanlar arasında ilaç ve kimyasal maddeleri kullanma isteği azalmaktadır. Buna karşın doğal ürünlere olan ilgi ve onları kullanma eğilimi ise artmaktadır. Beklenen yaşam süresinin artması ve yaşanan son bulaşıcı hastalıklar dengeli beslenmeye ve gıda takviyelerine verilen önemi daha da arttırmıştır. İnsanların gıda takviyeleri ve onların kullanılması konusunda bilgi sahibi olmasında, başta sağlık personelleri olmak üzere kamu spotu ve sosyal medya ile bu tür gıda takviyelerinin faydaları ya da zararları anlatılarak toplum bilinçlendirilmelidir.

Ek bilgi: Bu yazı M.Tolga Yılmaz isimli yazarın uzmanlık tezinden üretilmiştir ve 21. Aile Hekimliği Araştırma Günleri 2-6 Mayıs 2023 Çevrimiçi kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

Etik Kurul Onayı: Gerekli etik kurul onayı, Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 17.08.2022 tarih ve 2022/08-30 karar no ile alınmıştır. Ayrıca Kütahya İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden de 16.09.2022 tarih ve E-53490996-44-57935418 sayılı izinler alınarak çalışma yapılmıştır.

Bilgilendirilmiş Onam: Çalışmaya katılan tüm hastalardan bilgilendirilmiş onam alındı.

Yazarlık Katkısı: Fikir/Kavram: MTY, Tasarım/Dizayn: MTY, AD, Denetleme/Danışmanlık: AD, Veri Toplama ve/veya işleme: MTY, AD, CO, Analiz ve/veya Yorum: CO, Literatür Taraması: MTY, AD, Makalenin Yazımı: MTY, AD, CO, YK, Eleştirel İnceleme: AD, CO, YK, Kaynaklar ve Fon Sağlama: -, Malzemeler: -.

Çıkar çatışması: Yazarlar herhangi bir çıkar çatışması beyan etmemiştir.

Finansal Kaynaklar: Yazarlar bu çalışmada finansal destek almadığını beyan etmişlerdir.

KAYNAKLAR

1. T.C. Resmî Gazete. Takviye Edici Gıdaların İthalatı, Üretimi, İşlenmesi ve Piyasaya Arzına İlişkin Yönetmelik. 2 Mayıs 2013. Sayı: 28635 Erişim adresi: <https://resmigazete.gov.tr/eskiler/2013/05/20130502-14.htm> , Erişim tarihi: 20.04.2022
2. Dietary Supplement Health and Education Act of 1994 Public Law 103-417 103rd Congress Erişim adresi: https://ods.od.nih.gov/About/DSHEA_Wording.aspx#sec3 . Erişim tarihi: 22.04.2022
3. Liu H, Zhang S, Zou H, et al. Dietary Supplement Use Among Chinese Primary School Students: A Cross-Sectional Study in Hunan Province. *International journal of environmental research and public health* 2019;16:374.
4. Chen SY, Lin JR, Kao MD, et al. Dietary supplement usage among elementary school children in Taiwan: their school performance and emotional status. *Asia Pacific journal of clinical nutrition* 2007;16:554-63.
5. Kılıç KE, Öztürk SN, Özdemir Y, et al. Gıda takviyeleri kullanım alışkanlıklarının değerlendirilmesi. *Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Mühendislik Bilimleri Dergisi* 2021;10:168-77.
6. Gıda Takviyesi Kullanımı ve Beslenme Alışkanlıkları Ölçümü Anketi – Aralık 2020 – GTBD Erişim adresi: <https://gtbd.org.tr/gida-takviyesi-kullanimi-ve-beslenme-aliskanliklari-olcumu-anketi-aralik-2020/> , Erişim tarihi:21.04.2022
7. Li K, Kaaks R, Linseisen J & Rohrmann S. Consistency of vitamin and/or mineral supplement use and demographic, lifestyle and health-status predictors: findings from the European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition (EPIC)-Heidelberg cohort. *The British journal of nutrition* 2010;104:1058-64.
8. Tekkurşun DG, Cicioğlu Hİ. Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği (SBİTÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi* 2019; 4:256-74.
9. Tarı SK. & Şahin N. COVID-19 Salgını Sürecinde Yetişkinlerde Gıda Takviyesi Kullanımı ve İlişkili Etmenler. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care* 2021;15:751-62.
10. Chen F, Du M, Blumberg JB, et al. Association Among Dietary Supplement Use, Nutrient Intake, and Mortality Among U.S. Adults: A Cohort Study. *Annals of internalmedicine* 2019;170:604-13.
11. Garcia-Alvarez A, Egan B, de Klein S, et al. Usage of plant food supplements across six European countries: findings from the PlantLIBRA consumer survey. *PLoS One*. 2014;9:e92265. Published 2014 Mar 18.
12. Durmaz, A. SARS-CoV2 ve COVID-19 'a genel bakış. *Smyrna Tıp Dergisi* 2020;10:60-70.
13. Kofoed CL, Christensen J, Dragsted LO, Tjønneland A, & Roswall N. Determinants of dietary supplement use--healthy

individuals use dietary supplements. The British journal of nutrition 2015;113:1993–2000.

14. Frey A, Hoffmann I, & Heuer T. Characterisation of vitamin and mineral supplement users differentiated according to their motives for using supplements: Results of the German National Nutrition Monitoring (NEMONIT). Public Health Nutrition, 2017;20:2173-82.

15. Asan K. & Öztürk Yılmaz S. Gıda takviyeleri kullanımının değerlendirilmesi. Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Mühendislik Bilimleri Dergisi 2021;10:168-77.

16. E. V. Er, Gıda takviyeleri kullanımının belirlenmesi üzerine bir araştırma. Yüksek Lisans Tezi, Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Gıda Mühendisliği Anabilim Dalı, Türkiye, 2019

17. Kantor ED, Rehm CD, Du M, White E, & Giovannucci EL. Trends in Dietary Supplement Use Among US Adults From 1999-2012 JAMA, 2016;316:1464-74.

18. Bailey RL, Gahche JJ, Miller PE, Thomas PR, Dwyer JT. Why US Adults Use Dietary Supplements JAMA Intern Med. 2013;173:355-61.

19. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), Türkiye Sağlık Araştırması, 2019. Erişim adresi: <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Turkiye-Saglik-Arastirmasi-2019-33661> . Erişim tarihi: 11.01.2023

20. T.C. Sağlık Bakanlığı. Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması (TBSA). Ankara, Tiraj Basım ve Yayın Sanayi Ticaret Ltd. Şti, 2019:174

21. Ergen A & Bozkurt BF. Türkiye’de Besin Destek Ürünlerine Yönelik Görüşler ve Tüketici Profilini Tanımlamaya Yönelik Bir Araştırma. İşletme Araştırmaları Dergisi 2021;8:323-41

22. Tarı SK. & Şahin N. COVID-19 Salgını Sürecinde Yetişkinlerde Gıda Takviyesi Kullanımı ve İlişkili Etmenler. Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care 2021;15:751-62.

23. Gıda Takviyeleri ve Beslenme Derneği, Gıda Takviyesi Kullanımı. 7 Dönem Raporu Temmuz, 2023. Erişim adresi: <https://gtbd.org.tr/gida-takviyesi-kullanimi-ve-beslenme-aliskanliklari-olcumu-anketi-2/>, Erişim zamanı: 15.01.2024

24. Gahche JJ, Bailey RL, Potischman N & Dwyer JT. Dietary Supplement Use Was Very High among Older Adults in the United States in 2011-2014. The Journal of nutrition 2017;147:1968-76.

25. Samreen S, Siddiqui NA, Wajid S, Mothana RA & Almarfadi OM. Prevalence and Use of Dietary Supplements Among Pharmacy Students in Saudi Arabia. Risk management and healthcare policy 2020;13:1523–31.

26. Jun S, Cowan AE, Tooze JA, et al. Dietary Supplement Use among U.S. Children by Family Income, Food Security Level, and Nutrition Assistance Program Participation Status in 2011-2014. Nutrients 2018;10:1212.

27. Liu H, Zhang S, Zou H, et al. Dietary Supplement Use Among Chinese Primary School Students: A Cross-Sectional Study in Hunan Province. International journal of environmental research and public health 2019;16:374.

28. Özenoğlu A, Gün B, Karadeniz B, et al. Yetişkinlerde Beslenme Okuryazarlığın Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutumlar ve Beden Kütle İndeksi İle İlişkisi. Life Sciences 2021;16:1-18.

29. Bıçakçı HS. Bir üniversite hastanesi sağlık personelinin COVID 19 pandemi sürecinde sağlık algısı ve beslenme alışkanlıklarının değerlendirilmesi. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Meram Tıp Fakültesi Dahili Tıp Bilimleri Bölümü Aile Hekimliği Anabilim Dalı Uzmanlık Tezi, 2022, Konya.

30. Gao Z, Wu F, Lv G, Zhuang X & Ma G. Development and Validity of a General Nutrition Knowledge Questionnaire (GNKQ) for Chinese Adults. Nutrients 2021;13:4353.

31. Quaidoo EY, Ohemeng A & Amankwah-Poku M. Sources of nutrition information and level of nutrition knowledge among young adults in the Accrametropolis. BMC publichealth 2018;18:1323.



Bu eser [Creative Commons Atıf-GayriTicari-Türetilemez 4.0 Uluslararası Lisansı](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/) ile lisanslanmıştır.