



BANDIRMA ONYEDİ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK BİLİMLERİ VE ARAŞTIRMALARI DERGİSİ BANU Journal of Health Science and Research

DOI: 10.46413/boneyusbad.1526788

Özgün Araştırma / Original Research

Dans Eğitimi Alan ve Almayan Öğrencilerin Beden İmajı, Yeme Davranışı ve Diyet Kalitesinin Değerlendirilmesi

Evaluation of Body Image, Eating Behavior and Diet Quality of Students with and without Dance Education

Ceren GEZER¹ Hasine FELEK²

¹ Doç. Dr., Doğu Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Gazimağusa, Kuzey Kıbrıs

² Uzm. Dyt., Doğu Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Gazimağusa, Kuzey Kıbrıs

Sorumlu yazar /
Corresponding author

Ceren GEZER
ceren.gezer@emu.edu.tr

Geliş tarihi / Date of receipt:
02.08.2024

Kabul tarihi / Date of
acceptance: 24.01.2025

Atıf / Citation: Gezer, C., Felek, H. (2025). Dans eğitimi alan ve almayan öğrencilerin beden imajı, yeme davranışı ve diyet kalitesinin değerlendirilmesi. *BANU Sağlık Bilimleri ve Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 229-239. doi: 10.46413/boneyusbad.1526788

* Bu araştırma makalesi, Doğu Akdeniz Üniversitesi Lisansüstü Eğitim, Öğretim ve Araştırma Enstitüsü, Beslenme ve Diyetetik dalında Yüksek Lisans Tezi olarak başarıyla tamamlanmış olan “Profesyonel Dans Eğitimi Alan Öğrencilerin Yeme Davranışı, Beden Algıları ve Diyet Kalitelerinin Değerlendirilmesi” başlıklı tez çalışmasından üretilmiştir.

ÖZET

Amaç: Çalışmanın amacı dans eğitimi alan ve almayan öğrencilerin beden imajı, yeme davranışı ve diyet kalitesinin değerlendirilmesidir.

Gereç ve Yöntem: Çalışma, dans bölümü (n=25), dans topluluğu (n=25), kontrol grubu (n=25) olmak üzere toplam 75 kişi ile yürütülmüştür. Bireylere yüz yüze görüşme ile anket formu uygulanmış ve antropometrik ölçümleri yapılmıştır. Anket formu genel bilgiler, besin tüketim kaydı, Hollanda Yeme Davranış Anketi (HYDA), Beden Şekli Anketi (BŞA) ve Sağlıklı Yeme İndeksi (SYİ)-2005'i kapsamaktadır.

Bulgular: Her iki cinsiyette (erkek $r=0.64$, $p=0.00$; kadın $r=0.49$, $p=0.00$), dans topluluğu ($r=0.60$, $p=0.00$), kontrol grubu ($r=0.31$, $p=0.12$) ve tüm öğrencilerde ($r=0.54$, $p=0.00$) HYDA-kısıtlayıcı yeme puanı ile BŞA puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde korelasyonlar belirlenmiştir. Dans bölümü öğrencilerinde ise HYDA-kısıtlayıcı yeme puanı ile BŞA puanı arasında pozitif yönde yüksek düzeyde korelasyon ($r=0.71$, $p=0.00$) saptanmıştır. Dans bölümü öğrencilerinde SYİ-2005 puanı ile BŞA puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde korelasyon ($r=0.60$, $p=0.00$) belirlenmiştir. Kadın öğrencilerde HYDA-duygusal yeme ile vücut yağ oranı arasında pozitif yönde orta düzey korelasyon ($r=0.35$, $p=0.03$) saptanmıştır.

Sonuç: Sonuç olarak beden imajı, yeme davranışı ve diyet kalitesi ilişkili olup kadın ve dans bölümü öğrencisi olmak bu ilişkiyi desteklemektedir. Bu yönde daha geniş örneklem büyüklüğünde dansçı popülasyonla çok merkezli araştırmalar yapılması daha güçlü kanıtlar elde edilmesine yardımcı olabilir.

Anahtar Kelimeler: Dans, Öğrenciler, Diyet, Beden İmajı, Yeme Davranışı

ABSTRACT

Aim: This study examined body image, eating behavior and diet quality of students with and without dance education.

Material and Method: The research involved 75 participants, including dance department (n=25), dance community (n=25), and a control group (n=25). A questionnaire form was applied to individuals through face-to-face and anthropometric measurements were taken. The questionnaire includes general information, food consumption record, Dutch Eating Behavior Survey (DEBQ), Body Shape Survey (BSS) and Healthy Eating Index (HEI)-2005.

Results: In both genders (male $r=0.64$, $p=0.00$; female $r=0.49$, $p=0.00$), dance community ($r=0.60$, $p=0.00$), control group ($r=0.31$, $p=0.12$) and all students ($r=0.54$, $p=0.00$) moderate positive correlations were found between DEBQ-restrictive eating and BSQ scores. A high positive correlation ($r=0.71$, $p=0.00$) was found between the DEBQ-restrictive eating and BSQ scores in dance department students. There was a moderate positive correlation ($r=0.60$, $p=0.00$) between the HEI-2005 and BSQ scores in dance department students. Moderate positive correlations ($r=0.35$, $p=0.03$) were found between DEBQ-emotional eating and body fat percentage in female students.

Conclusion: In conclusion, body image, eating behaviour and diet quality are related and being female and dance department student supports this relationship. Multicenter studies with a larger sample size of dancer population will help to obtain stronger evidence.

Keywords: Dance, Students, Diet, Body image, Eating behavior.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

GİRİŞ

Yeme davranış bozuklukları önemli psikolojik ve fiziksel bozukluklarla ilgili karmaşık psikiyatrik durumlardır. Genetik, gastrointestinal mikrobiyota ve otoimmün reaksiyonlar, çocukluk ve adolesan dönem, kişilik özellikleri ve mental sağlık, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, etnik köken, beden algısı ve elit sporcu olmak riskler arasında yer almaktadır (Barakat ve ark., 2023). Beden imajının ön planda olduğu bale dansçılarında (%16.4) toplumdaki diğer bireylere (%12.0) kıyasla yeme davranış bozuklukları prevalansının daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Arcelus, Witcomb, ve Mitchell, 2014). Bale dansçılarında yeme davranış bozukluğu prevalansının yüksek görülme sebebi zayıf kalma çabasıyla kısıtlayıcı yeme davranışları göstermelerine bağlanmaktadır (Silverii ve ark., 2022). Bale dansçılarının aşırı kısıtlı popüler diyetleri uygulama, yağlı olduğunu düşündükleri bazı besinleri tüketmeme, vücudun açlık sinyallerini göz ardı ederek öğün atlama, stres ve kaygı kaynaklı aşırı yeme atakları, rutin diyetin dışına çıkıldığı zaman suçlu hissetme, besinleri iyi/kötü veya yağlı/yağsız olarak sınıflandırma ve buna göre bazı besinleri diyetten tamamen çıkarma gibi yeme davranışlarını sıklıkla sergiledikleri görülmektedir. Daha zayıf olma veya zayıf kalma çabasıyla bu gibi kısıtlayıcı diyetlerin uygulanması yeme davranış bozuklukları belirtileriyle ilgilidir (Santo ve ark., 2022). Kadın dansçı öğrencilerle yapılan bir çalışmada beden imajı memnuniyetsizliği ve yeme davranış bozuklukları riskinin yüksek olduğu ve günlük enerji alımlarının önerilenin altında olduğu saptanmıştır (Robbeson, Kruger, ve Wright, 2015). Dansçılarla yapılan bir çalışmada dansçıların %29'unun enerji alım miktarının yetersiz olduğu belirlenmiştir (Keay, Overseese, ve Francis, 2020). Üniversite öğrencisi kadın dansçılarla yürütülen iki yıllık izlem çalışmasında günlük enerji, protein ve karbonhidrat alımlarının dansçılar için önerilerin altında olduğu saptanmıştır (Brown ve ark., 2020). Dolayısıyla dans öğrencilerinin ve dansçıların diyet kalitelerinin değerlendirilmesi önemlidir. Dansçılarda anksiyete ve duygu durum bozukluklarının yeme davranış bozukluklarıyla ilişkili olduğu belirtilmektedir (Liu, Tseng, Chang, Fang, ve Lee, 2016). Yunanistan'da profesyonel dansçılarda yapılan bir çalışmada beden imajıyla ilgili kaygıların yaygın olduğu belirlenmiştir (Athanasaki, Lakoumentas, Feketea, ve Vassilopoulou, 2023). Dans bölümü

öğrencileri ve dansçılarla yürütülen bir çalışmada yeme davranış bozukluğu görülmesinde en etkili faktörün beden imajı olduğu belirlenmiştir (Wyon, Hutchings, Wells, ve Nevill, 2014). Üniversite öğrencisi sporcularda yapılan bir çalışmada ise cinsiyet ve spor tipinin beden imajını etkilediği belirtilmiştir. Kadın sporcularda ve zayıf olmayı gerektiren spor dallarındaki erkek sporcularda beden memnuniyetsizliğinin daha sık görüldüğü belirtilmiştir (Perelman, Buscemi, Dougherty, ve Haedt-Matt, 2018). Dansçılarda sıklıkla görülen beden memnuniyetsizliği, toplumsal ve kişilik özellikleriyle ilişkilendirilmekte olup dans öğretmenlerinin de beden imajı konusunda dans bölümü öğrencileri üzerinde etkileri olduğu belirtilmektedir (Dantas, Alonso, Sanchez-Miguel, ve Sanchez, 2018). Dans eğitimi alan ve almayan öğrencilerin beden imajının ve yeme davranışının değerlendirildiği çalışmalara rastlanmakta olup bunlarla birlikte diyet kalitesinin de incelendiği çalışmalara rastlanmamıştır. Bu çalışmada öğrencilerin beden imajı ve yeme davranışının diyet kalitesiyle ilişkili olduğu öngörülmüştür. Ayrıca, profesyonel dans eğitimi alan dans bölümü öğrencilerinin beden imajı endişelerinin, yeme davranış bozukluğu eğiliminin ve diyet kalitesinin dans topluluğu öğrencileri ve dans eğitimi almayan öğrencilerden farklı olduğu öngörülmüştür. Bu noktadan hareketle, bu çalışmada dans eğitimi alan ve almayan öğrencilerin beden imajı, yeme davranışı ve diyet kalitesinin değerlendirilmesi hedeflenmiştir.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın Türü (Tasarımı)

Bu araştırma Nisan-Haziran 2017 tarihlerinde yürütülen kesitsel bir araştırmadır.

Araştırma Evreni ve Örneklemi

Araştırma 75 üniversite öğrencisi ile özel bir üniversitede yürütülmüştür. Çalışma örnekleme ilgili üniversitedeki dans bölümü öğrencileri, dans topluluğu öğrencileri ve dans vb. fiziksel aktivite yapmayan öğrenciler (kontrol grubu) olmak üzere üç gruptan oluşmaktadır. Dans Bölümü öğrencileri profesyonel dans eğitimi almakta olup haftanın 5-7 günü günde en az 5 saat dans etmektedir. Dans Topluluğu öğrencileri ise haftada 1-2 gün günde 5 saatten az dans etmektedir. Kontrol grubu olarak tanımlanan öğrenciler ise hiçbir şekilde düzenli olarak dans, vb. fiziksel aktivite yapmayan öğrencilerdir. Örneklem sayısı, G*Power 3.1.9.2 programı kullanılarak $f=0.40$, $\alpha=0.05$ ve %80 güç analizi ile 66 olarak belirlenmiştir. Dans Bölümü

öğrencilerinin evren sayısı 25 olduğundan grup sayılarının eşit olması için diğer gruplardaki öğrenci sayıları da 25'er olmak üzere toplam örneklem sayısı 75 olarak belirlenmiştir.

Veri Toplama Araçları

Bireylere yüz yüze görüşme ile anket formu uygulanmış ve antropometrik ölçümleri yapılmıştır. Anket formu genel bilgiler, üç günlük besin tüketim kaydı, Hollanda Yeme Davranış Anketi (HYDA), Beden Şekli Anketi (BŞA) ve Sağlıklı Yeme İndeksi (SYİ)-2005'i kapsamaktadır.

Hollanda Yeme Davranış Anketi (HYDA): Bireylerin yeme davranışını değerlendirmek için Van ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir (Van, Fruters, Bergers, ve Defares, 1986). Ölçek toplamda beşli likert tipi 33 maddeden oluşmakta olup kısıtlayıcı yeme davranışlarını (vücut ağırlığını kontrol altında tutmak için besin tüketimini sınırlama), duygusal yeme davranışlarını (besin tüketiminin duygu durumundan etkilenmesi) ve dışsal yeme davranışlarını (besin tüketiminin besinin tadı, kokusu, vb dışarıdan gelen uyarılardan etkilenmesi) değerlendirmektedir. Ölçeğin Türkçe geçerlilik güvenilirlik çalışması Bozan ve arkadaşları tarafından yapılarak geçerlilik ve güvenilirlik katsayısı 0.94 olarak saptanmıştır. Puan artışı kısıtlayıcı yeme davranışlarına, duygusal yeme davranışlarına ve dışsal yeme davranışlarına artan eğilimi göstermektedir (Bozan, Bas, ve Asci, 2011).

Beden Şekli Anketi (BŞA): Bireylerin beden imajıyla ilgili endişelerini ölçmek için Cooper ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir (Cooper, Taylor, Cooper, ve Fairburn, 1987). Ölçek toplamda altılı likert tipi 34 maddeden oluşmakta olup Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Akdemir ve arkadaşları tarafından yapılarak geçerlilik ve güvenilirlik katsayısı 0,81 olarak saptanmıştır. Puan artışı beden imajı ile ilgili endişedeki artışı ifade etmektedir (Akdemir ve ark., 2012).

Sağlıklı Yeme İndeksi (SYİ-2005): İlk kez 1995 yılında 24 saatlik besin tüketim kayıtları kullanılarak diyet kalitesini değerlendirmek için geliştirilen indeks daha sonra beslenme rehberi güncellemeleri doğrultusunda revize edilmiştir. SYİ-2005 puanı >80 "kaliteli", 51-80 "normal" ve <51 "yetersiz" şeklinde sınıflandırılmaktadır (Guenther, Reedy ve Krebs-Smith, 2008).

Antropometrik Ölçümler: Vücut ağırlığı ve kompozisyonu Tanita-BC 418 cihazıyla (sabah aç ve dışkılama sonrası, ince kıyafetlerle ve

ayakkabısız); boy uzunluğu baş frankfort düzleminde ayaklar yan yana esnemeyen mezura ile ölçülmüştür (Heyward ve Wagner, 2004). Beden kütle indeksi (BKİ), ağırlık (kg)/boy (m²) formülü kullanılarak hesaplanmıştır. Dünya Sağlık Örgütü'ne göre ≤18.5 kg/m² "zayıf", 18.5-24.9 kg/m² "normal", 25.0-29.9 kg/m² "pre-obez", ≥30.0 kg/m² "obez" şeklinde sınıflandırılmaktadır (World Health Organisation, 2024).

Araştırmanın Etik Yönü

Bu araştırmanın etik onayı bir devlet üniversitesinin bilimsel araştırma ve yayın etiği kurulunun (Tarih: 27 Mart 2017 ve Karar No: 2017/40-20) kararı ile verilmiştir. Çalışma, Helsinki Deklerasyonu İlkeleri'ne uygun olarak yürütülmüş olup Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu'nu imzalayarak çalışmaya dahil olmuştur.

Verilerin Değerlendirilmesi

Bu çalışmada istatistiksel analiz için Statistical Package for Social Science (SPSS) 24.0 programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılıma uyumuna Shapiro-Wilk testi, Kolmogorov-Smirnov testi, çarpıklık-basıklık ve QQ plot grafiği değerlerine göre belirlenmiş olup normal dağılıma uyduğunda parametrik, uymadığında parametrik olmayan hipotez testleri kullanılmıştır. Nicel verilerin aritmetik ortalama ($\bar{x}$) ve standart sapma (SS) değerleri saptanmıştır. HYDA, BŞA, SYİ-2005 puanlarının karşılaştırılmasında t testi ve ANOVA kullanılmıştır. Antropometrik ölçümlerin gruplar arası karşılaştırılmasında Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Antropometrik ölçümlerin ölçeklerle olan korelasyonunda Spearman Testi kullanılmıştır. HYDA, BŞA ve SYİ-2005 puanları arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi ile belirlenmiştir. Korelasyon katsayısı (r) 0.00-0.29 "düşük", 0.30-0.64 "orta", 0.65-0.84 "kuvvetli", 0.85-1.00 "çok kuvvetli" düzeyde ilişki şeklinde yorumlanmaktadır. Pozitif değerler pozitif yönde ilişki, negatif değerler negatif yönde ilişki şeklinde yorumlanmaktadır (Ural ve Kılıç, 2006). Tüm istatistiksel testlerde en düşük önemlilik düzeyi p<0.05 olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Bu çalışma, 18-25 yaş arası 34 erkek 41 kız olmak üzere dans bölümü (n=25), dans topluluğu (n=25) ve kontrol grubu (n=25) ile yürütülmüştür. Vücut yağ kütlesi, kontrol grubu kadın öğrencilerinde dans bölümü ve dans topluluğundaki kadın öğrencilere kıyasla daha yüksektir (p<0.05) (Tablo 1).

Tablo 1. Öğrencilerin Antropometrik Ölçümleri

	Dans Bölümü		Dans Topluluğu		Kontrol		p1	p2
	Erkek (n=8) ($\bar{x} \pm SS$)	Kadın (n=17) ($\bar{x} \pm SS$)	Erkek (n=12) ($\bar{x} \pm SS$)	Kadın (n=13) ($\bar{x} \pm SS$)	Erkek (n=14) ($\bar{x} \pm SS$)	Kadın (n=11) ($\bar{x} \pm SS$)		
BKİ (kg/m²)	21.5 $\pm$ 2.25	20.9 $\pm$ 1.36	22.7 $\pm$ 4.20	22.4 $\pm$ 3.64	26.0 $\pm$ 5.35	23.9 $\pm$ 5.46	0.09	0.32
Vücut yağ kütlesi (kg)	18.4 $\pm$ 6.79	17.0 $\pm$ 6.51	18.9 $\pm$ 7.50	24.0 $\pm$ 7.08	28.1 $\pm$ 12.69	23.2 $\pm$ 11.64	0.08	0.10
Vücut yağ kütlesi (kg)	11.4 $\pm$ 4.02	9.4 $\pm$ 3.63	13.4 $\pm$ 7.49	15.8 $\pm$ 5.89	21.3 $\pm$ 10.68	16.4 $\pm$ 10.43	0.06	0.03*

*p<0.05, Kruskal-Wallis Testi. p1: Vücut ağırlığı kontrol grubundaki kadınlarda diğer gruplardaki kadınlardan farklı, p2: Vücut yağ kütlesi kontrol grubundaki kadınlarda diğer gruplardaki kadınlardan farklı, BKİ: Beden Kütle İndeksi

Tablo 2. Öğrencilerin HYDA, BŞA ve SYİ-2005 Puanları

	Dans Bölümü			Dans Topluluğu			Kontrol			p1	p2	p3
	Erkek (n=8) ($\bar{x} \pm SS$)	Kadın (n=17) ($\bar{x} \pm SS$)	Toplam (n=25) ($\bar{x} \pm SS$)	Erkek (n=12) ($\bar{x} \pm SS$)	Kadın (n=13) ($\bar{x} \pm SS$)	Toplam (n=25) ($\bar{x} \pm SS$)	Erkek (n=14) ($\bar{x} \pm SS$)	Kadın (n=11) ($\bar{x} \pm SS$)	Toplam (n=25) ($\bar{x} \pm SS$)			
HYDA- duygusal yeme	15.8 $\pm$ 3.75	30.6 $\pm$ 13.65	25.9 $\pm$ 13.34	22.1 $\pm$ 9.59	27.0 $\pm$ 11.54	24.2 $\pm$ 10.97	20.5 $\pm$ 8.01	42.2 $\pm$ 12.44	30.1 $\pm$ 14.84	0.22	0.01*	0.83
HYDA- kısıtlayıcı yeme	14.6 $\pm$ 7.30	28.6 $\pm$ 8.95	24.1 $\pm$ 10.66	19.2 $\pm$ 7.18	22.4 $\pm$ 10.18	20.9 $\pm$ 8.85	25.6 $\pm$ 7.44	24.3 $\pm$ 7.72	25.0 $\pm$ 7.44	0.00*	0.17	0.90
HYDA- dışsal yeme	28.5 $\pm$ 8.15	27.2 $\pm$ 6.11	27.3 $\pm$ 6.20	28.9 $\pm$ 6.99	26.7 $\pm$ 9.01	27.9 $\pm$ 6.17	30.2 $\pm$ 10.63	34.0 $\pm$ 9.13	28.9 $\pm$ 7.71	0.88	0.05	0.08
BŞA	49.7 $\pm$ 13.27	75.6 $\pm$ 32.97	65.3 $\pm$ 24.25	70.6 $\pm$ 30.67	73.9 $\pm$ 48.47	72.3 $\pm$ 40.11	69.2 $\pm$ 23.10	84.6 $\pm$ 32.09	76.0 $\pm$ 27.92	0.14	0.76	0.31
SYİ-2005	74.2 $\pm$ 5.80	76.4 $\pm$ 9.48	75.7 $\pm$ 8.40	73.8 $\pm$ 6.90	78.2 $\pm$ 7.45	76.1 $\pm$ 7.41	70.4 $\pm$ 5.28	75.8 $\pm$ 8.54	72.8 $\pm$ 7.27	0.26	0.77	0.70

*p<0.05, Students's t Testi, Oneway ANOVA Testi, p1: Dans bölümü ve kontrol grubu erkek arasındaki fark, p2: Dans topluluğu ve kontrol grubu kadın arasındaki fark, p3: Gruplar arası toplam fark, HYDA: Hollanda Yeme Davranışı Anketi, BŞA: Beden Şekli Anketi, SYİ-2005: Sağlıklı Yeme İndeksi-2005

Bu çalışmada HYDA, BŞA ve SYİ-2005 puanları gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Dans bölümündeki erkek öğrencilerin kısıtlayıcı yeme puanları kontrol grubundaki erkek öğrencilere kıyasla daha düşüktür ($p<0.05$). Dans topluluğundaki kadın öğrencilerin duygusal yeme puanları kontrol grubundaki kadın öğrencilere kıyasla daha

düşüktür ($p<0.05$) (Tablo 2).

Bu çalışmada SYİ-2005 sınıflamasına göre kaliteli diyetle sahip olanların BŞA puanları ve HYDA-kısıtlayıcı yeme puanları normal diyet kalitesine sahip olanlara kıyasla daha yüksektir ($p<0.05$) (Tablo 3).

Tablo 3. Öğrencilerin SYİ-2005 Sınıflamasına Göre HYDA ve BŞA Puanları

	SYİ-2005 ($\bar{x} \pm SS$)		
	Normal	Kaliteli	p
HYDA-duygusal yeme	25.8 $\pm$ 12.92	29.7 $\pm$ 14.03	0.28
HYDA-kısıtlayıcı yeme	21.5 $\pm$ 7.44	29.3 $\pm$ 11.45*	0.00*
HYDA-dışsal yeme	28.1 $\pm$ 6.59	28.0 $\pm$ 7.18	0.95
BŞA	66.7 $\pm$ 27.08	85.4 $\pm$ 39.90**	0.03**

* $p<0.001$, ** $p<0.05$, Student's t Testi, HYDA: Hollanda Yeme Davranışı Anketi, BŞA: Beden Şekli Anketi, SYİ-2005: Sağlıklı Yeme İndeksi-2005

Bu çalışmada HYDA-dışsal yeme ile BŞA ve SYİ-2005 puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar saptanmamıştır. Erkek öğrenciler, dans bölümü öğrencileri ve tüm öğrencilerde HYDA-duygusal yeme puanı ile BŞA puanı arasında pozitif yönde orta düzey korelasyon (sırasıyla $r=0.52$, $p=0.00$; $r=0.67$, $p=0.00$; $r=0.35$, $p=0.00$) saptanmıştır. Her iki cinsiyette (erkek $r=0.64$, $p=0.00$; kadın $r=0.49$, $p=0.00$), dans topluluğu ($r=0.60$, $p=0.00$), kontrol grubu ($r=0.31$, $p=0.12$) ve tüm öğrencilerde

($r=0.54$, $p=0.00$) HYDA-kısıtlayıcı yeme puanı ile BŞA puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde korelasyonlar belirlenmiştir. dans bölümü öğrencilerinde ise HYDA-kısıtlayıcı yeme puanı ile BŞA puanı arasında pozitif yönde yüksek düzeyde korelasyon ($r=0.71$, $p=0.00$) saptanmıştır. Tüm öğrencilerin SYİ-2005 puanı ile BŞA puanı arasında pozitif yönde düşük düzey korelasyon belirlenirken, Dans bölümü öğrencilerinde pozitif yönde orta düzeyde korelasyon ($r=0.60$, $p=0.00$) belirlenmiştir (Tablo 4).

Tablo 4. Öğrencilerin HYDA Puanının BŞA ve SYİ-2005 Puanları İlişkisi

		BŞA		SYİ-2005	
		r	p	r	p
HYDA-duygusal yeme	Erkek (n=34)	0.52	0.00*	0.35	0.05
	Kadın (n=41)	0.22	0.16	0.12	0.46
	Dans Bölümü (n=25)	0.67	0.00*	0.53	0.00*
	Dans Topluluğu (n=25)	0.16	0.43	-0.09	0.64
	Kontrol (n=25)	0.23	0.25	0.10	0.60
	Toplam (n=75)	0.35	0.00*	0.15	0.21
HYDA-kısıtlayıcı yeme	Erkek (n=34)	0.64	0.00*	0.43	0.01*
	Kadın (n=41)	0.49	0.00*	0.04	0.82
	Dans Bölümü (n=25)	0.71	0.00*	0.67	0.00*
	Dans Topluluğu (n=25)	0.60	0.00*	-0.23	0.26
	Kontrol (n=25)	0.31	0.12	0.21	0.30
	Toplam (n=75)	0.54	0.00*	0.23	0.04*
HYDA-dışsal yeme	Erkek (n=34)	0.30	0.09	0.06	0.74
	Kadın (n=41)	0.08	0.62	0.63	0.08
	Dans Bölümü (n=25)	-0.25	0.22	0.02	0.92
	Dans Topluluğu (n=25)	0.39	0.05	-0.31	0.12
	Kontrol (n=25)	0.08	0.69	0.02	0.90
	Toplam (n=75)	0.19	0.10	0.00	0.97
SYİ-2005	Erkek (n=34)	0.30	0.08	-	-
	Kadın (n=41)	0.21	0.07	-	-
	Dans Bölümü (n=25)	0.60	0.00*	-	-
	Dans Topluluğu (n=25)	-0.00	0.99	-	-
	Kontrol (n=25)	0.19	0.35	-	-
	Toplam (n=75)	0.23	0.04*	-	-

* $p<0.05$, Pearson Korelasyon Testi, HYDA: Hollanda Yeme Davranışı Anketi, BŞA: Beden Şekli Anketi, SYİ-2005: Sağlıklı Yeme İndeksi-2005

Bu çalışmada SYİ-2005 ve HYDA-kısıtlayıcı yeme ile antropometrik ölçümler arası istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar saptanmamıştır. Kadın öğrencilerde HYDA-duygusal yeme ile vücut yağ oranı arasında pozitif yönde orta düzey korelasyonlar (sırasıyla $r=0.35$, $p=0.03$; $r=0.32$, $p=0.01$) saptanmıştır. Tüm öğrencilerde HYDA-duygusal yeme ile vücut yağ kütlesi arasında pozitif yönde zayıf korelasyon ($r=0.25$, $p=0.03$) belirlenmiştir. Dans bölümü öğrencilerinde

HYDA-dışsal yeme ile BKİ arasında negatif yönde orta düzey korelasyon ($r=-0.52$, $p=0.00$) belirlenmiştir. Tüm öğrencilerin BŞA puanı ile vücut yağ oranı ve vücut yağ kütlesi arasında pozitif yönde zayıf düzey korelasyon (sırasıyla $r=0.29$, $p=0.001$; $r=0.28$, $p=0.01$) belirlenmiştir. Ayrıca, kadın öğrencilerin BŞA puanları ile vücut yağ kütlesi arasında pozitif yönde orta düzey korelasyon ($r=0.35$, $p=0.02$) saptanmıştır (Tablo 5).

Tablo 5. Öğrencilerin HYDA, BŞA ve SYİ-2005 Puanları ile Antropometrik Ölçümleri İlişkisi

		BKİ (kg/m ²)		Vücut yağ oranı (%)		Vücut yağ kütlesi (kg)	
		r	p	r	p	r	p
HYDA-duygusal yeme	Erkek (n=34)	0.15	0.40	0.29	0.10	0.25	0.15
	Kadın (n=41)	0.02	0.88	0.35	0.03*	0.25	0.11
	Dans Bölümü (n=25)	-0.22	0.27	0.26	0.20	0.06	0.75
	Dans Topluluğu (n=25)	-0.16	0.44	0.05	0.81	-0.53	0.80
	Kontrol (n=25)	0.19	0.34	0.38	0.05	0.31	0.12
	Toplam (n=75)	0.08	0.47	0.32	0.01*	0.25	0.03*
HYDA-kısıtlayıcı yeme	Erkek (n=34)	-0.08	0.64	0.24	0.17	0.12	0.47
	Kadın (n=41)	-0.17	0.29	-0.16	0.37	-0.25	0.11
	Dans Bölümü (n=25)	-0.26	0.19	0.34	0.09	0.12	0.56
	Dans Topluluğu (n=25)	-0.05	0.78	0.37	0.06	0.39	0.05
	Kontrol (n=25)	-0.15	0.47	-0.10	.062	-0.15	0.46
	Toplam (n=75)	-0.12	0.29	0.18	0.13	0.08	0.50
HYDA-dışsal yeme	Erkek (n=34)	0.07	0.68	0.14	0.45	0.17	0.36
	Kadın (n=41)	0.06	0.72	0.06	0.70	0.02	0.88
	Dans Bölümü (n=25)	-0.52	0.00*	-0.25	0.22	-0.34	0.09
	Dans Topluluğu (n=25)	0.15	0.46	0.04	0.83	0.10	0.61
	Kontrol (n=25)	0.12	0.55	0.14	0.48	0.12	0.53
	Toplam (n=75)	0.00	1.00	0.04	0.73	0.07	0.58
BŞA	Erkek (n=34)	0.06	0.75	0.25	0.16	0.18	0.30
	Kadın (n=41)	0.22	0.18	0.31	0.05	0.35	0.02*
	Dans Bölümü (n=25)	-0.20	0.31	0.39	0.05	0.19	0.10
	Dans Topluluğu (n=25)	0.38	0.05	0.43	0.13	0.50	0.35
	Kontrol (n=25)	0.22	0.28	0.08	0.67	0.12	0.54
	Toplam (n=75)	0.15	0.21	0.29	0.01*	0.28	0.01*
SYİ-2005	Erkek (n=34)	-0.31	0.08	0.02	0.90	-0.16	0.36
	Kadın (n=41)	-0.11	0.48	0.06	0.73	-0.05	0.77
	Dans Bölümü (n=25)	-0.23	0.25	-0.04	0.82	-0.21	0.30
	Dans Topluluğu (n=25)	-0.17	0.39	0.09	0.65	-0.03	0.88
	Kontrol (n=25)	-0.15	0.45	0.20	0.32	0.04	0.82
	Toplam (n=75)	-0.21	0.08	0.04	0.76	-0.10	0.37

* $p<0.05$, Spearman Korelasyon Testi, BKİ: Beden Kütlesi İndeksi, HYDA: Hollanda Yeme Davranışı Anketi, BŞA: Beden Şekli Anketi, SYİ-2005: Sağlıklı Yeme İndeksi-2005

TARTIŞMA

Bu çalışma, dans bölümü, dans topluluğu ve kontrol grubu olmak üzere toplam 75 kişi ile yürütülmüştür. Vücut yağ kütlesi kontrol grubu kadın öğrencilerinde dans bölümü ve dans topluluğundaki kadın öğrencilere kıyasla istatistiksel olarak daha yüksektir (Tablo 1, $p<0.05$). On üç bale dansçısı, 12 Kore dansçısı, 8 çağdaş dansçı ve 12 kişi kontrol grubu şeklinde 45

kişiyle yürütülen bir çalışmada, Kore dans grubunun vücut yağ oranı diğer gruplardan istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermezken, bale ve çağdaş dans gruplarının kontrol grubuna kıyasla daha düşük vücut yağ oranı olduğu saptanmıştır (Lim, Chai, Song, Seo, ve Kim, 2015). On beş dans bölümü öğrencisi ve 14 kontrol grubu öğrencisi ile yapılan bir çalışmada öğrencilerin antropometrik ölçümleri gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı

farklılık göstermemekle birlikte kontrol grubunda vücut yağ oranı dans bölümü öğrencilerinden daha yüksek bulunmuştur (Lees, Clarke, ve Amirabdollahian, 2017). Buna göre bu çalışma sonuçları dahil genel olarak dans bölümü öğrencilerinin vücut yağ oranı dans etmeyen öğrencilere göre daha düşüktür.

Çin’de yürütülen bir çalışmada dans bölümü öğrencilerinin yeme davranış bozukluğu eğiliminin, yeme davranış bozukluğu riski düşük olan dansçı olmayan kadın öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tao ve Sun, 2015). Profesyonel ve amatör dansçılarla yapılan bir çalışmada ise yeme davranış bozukluğu eğiliminin kadın dansçılarda erkek dansçılara kıyasla ve bale dansçılarında sokak dansçılara kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca profesyonel dansçıların beden memnuniyetsizliğinin ve yeme davranış bozukluğu eğiliminin amatör dansçılara kıyasla daha düşük olduğu belirlenmiştir (Diogo, Ribas, ve Skare, 2016). Profesyonel dansçılarla ilgili çalışmaların sistematik derleme sonuçlarına göre dansçılar zayıf ve normal BKİ’ye sahip olmalarına rağmen bedenlerinden memnun olmayıp daha zayıf olmak istedikleri ve yeme davranış bozukluğu risk altında oldukları belirtilmiştir (Cardoso ve ark., 2017). Bu çalışmada ise beden imajı endişesi, yeme davranış bozukluğu eğilimi ve diyet kalitesi dans bölümü, dans topluluğu ve kontrol grubu arasında farklılık göstermemiştir (Tablo 2, $p>0.05$). Başka bir çalışmada benzer şekilde İspanyol dansçıların beden imajı ve yeme davranış bozukluğu riskinin dansçı olmayan bireylerden farklı olmadığı belirtilmiştir (Jauregui, Bolanos, Valero, ve Torre, 2016). Benzer şekilde 15-30 yaş grubu 47 dansçı ve 43 dansçı olmayan kadın ile yürütülen bir çalışmada beden imajı ve yeme davranış bozukluğunun dansçı olan ve olmayan kadınlar arasında farklılık göstermediği saptanmıştır (Walter ve Yanko, 2018). Buna göre dansçılarda dansçı olmayan gruba göre beden imajı ve yeme davranış bozukluğu eğilimi çalışma sonuçları farklılık göstermekte olup toplumsal ve kişisel özelliklerin beden imajı ve yeme davranışını etkileyen temel faktörler olduğu söylenebilir. Dansçılarla yapılan farklı çalışmalarda mükemmeliyetçilik, kişisel öz eleştiri, nöroktisizm gibi kişilik özellikleri beden imajı ve yeme davranış bozukluğu eğilimiyle ilişkili faktörlerdir (Goodwin, Arcelus, Geach, ve Meyer, 2014; Meriaux, Falzon, Brain, Filaire, ve Longueville, 2015; Liu ve ark., 2016).

Adölesanlarla yapılan bir çalışmada kısıtlayıcı yeme davranışının disinhibisyon ve diyet kalitesiyle ilişkili olduğu belirlenmiştir (Lawless ve ark, 2020). Bu çalışma sonuçlarına göre diyet kalitesi yüksek olan öğrencilerin beden imajı endişesi ve kısıtlayıcı yeme davranış bozukluğu eğilimi daha yüksektir (Tablo 3, $p<0.05$). Yetişkin bireylerin yer aldığı bir çalışmada beden imajı ve bozulmuş yeme davranışı diyet kalitesi ile ilişkili bulunmazken sezgisel yemenin yeme davranışı ve diyet kalitesi ile ilgili olduğu belirtilmiştir (Jackson, Parker, Sano, Cox, ve Lanigan, 2024). Beden imajı endişesinin olmayışı ve sezgisel yeme davranışı, yeme davranış bozuklukları eğilimindeki azalış ile yeme davranış bozukluklarının iyileşmesinde etkili olabilmektedir (Linardon, 2021; Koller, Thompson, Miller, Walsh, ve Barcone-Cone, 2020). Bu çalışmanın korelasyon analiz sonuçlarına göre dans bölümü öğrencilerinin beden imajı endişesi arttıkça duygusal ve kısıtlayıcı yeme davranışı eğilimi artmıştır. Ayrıca, beden imajı endişesindeki artış diyet kalitesindeki artışla ilgili bulunmuştur (Tablo 4, $p<0.05$). Bale dansçılarıyla yürütülen bir çalışmada dansçıların bedenlerinden memnun olmadıkları ve daha zayıf bir vücuda ulaşmak için sürekli kısıtlayıcı diyetler ve ağırlık kaybı stratejilerini uyguladıkları belirlenmiştir. Ayrıca, yeme davranış bozuklukları semptomları vücut memnuniyetsizliği ile ilişkilendirilmiştir (Santo ve ark., 2022). Bir çalışmada beden memnuniyetsizliğine sahip kolej öğrencilerinin diyet kalitesinin daha düşük olduğu saptanmıştır (Fyler, Schumacher, Banning ve Gam, 2014). Yaş grubu 19-32 yıl olan kadınlarla yürütülen bir çalışmada sezgisel yeme davranışı arttıkça diyet kalitesinde artış ve yeme davranış bozukluğu eğiliminde azalış, BKİ arttıkça diyet kalitesinde azalış olduğu belirlenmiştir (Atalay, Baş, Eren, Karaca, ve Baş, 2020). Güney Koreli kadınlarla yürütülen bir çalışmada BKİ artışının nöroktisizm ve duygusal yeme ile ilgili olup yüksek BKİ’ye sahip kadınların diyet kalitesinin daha düşük olduğu belirlenmiştir (Kim, Choue, ve Lim, 2016). Bu çalışmanın korelasyon analiz sonuçlarına göre tüm öğrencilerin ve kadın öğrencilerin vücut yağ oranı ve kütledeki artış duygusal yeme davranışı eğilimi ve beden imajı endişesindeki artışla ilişkilidir (Tablo 5, $p<0.05$). Bir sistematik derleme ve meta-analiz çalışmasında obez bireylerde ve kadınlarda beden imajı endişesinin daha fazla olduğu belirtilmiştir (Weinberger ve ark., 2016). Dansçı ve dansçı olmayan kadınlar ile yürütülen bir çalışmada BKİ

artışının yeme davranış bozukluğu riskini artırdığı belirlenmiştir (Walter ve Yanko, 2018). Kadın üniversite öğrencileriyle yürütülen bir çalışmada pre-obez ve obez olmanın yeme davranış bozukluğundaki artışla ilişkili olduğu belirlenmiştir (Balantekin ve ark., 2021). Ayrıca, multi-etnik kohort çalışma verilerine göre vücut yağ oranı artışı diyet kalitesindeki azalışla ilişkili bulunmuştur (Maskarinec ve ark., 2020). Avustralyalı yetişkinlerle yapılan ulusal beslenme çalışmasında bireylerin sağlıklı beslenme ve yeme davranışı konusundaki içsel/kişisel motivasyonlarının diyet kalitesindeki artışla ilişkili olduğu belirtilmiştir (Baldwin, ve ark. 2022). Bu çalışmada erkek öğrencilerde beden imajı endişesindeki artış duygusal yeme ile ilişkili bulunmuştur. Ayrıca kısıtlayıcı yeme davranışındaki artış diyet kalitesindeki artışla ilişkili bulunmuştur (Tablo 5, $p<0.05$). Derleme bir çalışmada, erkeklerde beden imajı kaygılarının kaslı vücut ve kaslı vücut geliştirme hedefleriyle ilgili olabileceği belirtilmiştir (Nagata ve ark., 2020). Bu çalışmada da erkek öğrencilerde kısıtlayıcı yeme davranışının diyet kalitesindeki artışla ilişkili bulunma nedeni kaslı vücut geliştirmeye yönelik beslenme davranışları diyet kalitesini olumlu yönde etkilemiş olması olabilir.

Bu çalışmanın dikkat çeken sonuçlarından biri ise dans bölümü öğrencilerinde kısıtlayıcı yeme ve beden imajı endişesi arasında diğer gruplara kıyasla daha güçlü bir ilişki bulunmuş olmasının yanı sıra dans bölümü öğrencilerinde dışsal yeme ile BKİ arasında ters bir ilişki bulunmuş olmasıdır (Tablo 5, $p<0.05$). Buna göre dans bölümü öğrencilerinde besin tüketiminin besinin tadı, kokusu, vb. dışarıdan gelen uyarılardan etkilenmesini kapsayan dışsal yeme eğilimindeki artışla ilişkili BKİ'deki azalış yeme davranış bozukluklarının yanı sıra dans bölümü öğrencilerinde olası ortoreksiya nervoza eğilimini de aklı getirmektedir. Türkiye'de 17-23 yaş arası 900 üniversite öğrencisiyle yürütülen bir çalışmada ortoreksiya nervoza eğilimindeki artışla yeme davranış bozukluklarındaki artış ilişkili bulunmuştur (Sanlier ve ark., 2016). Sistemik bir derlemede ortoreksiya nervozanın beden memnuniyetsizliğiyle ilgili olmayıp kısıtlayıcı yeme ve vücut ağırlığı kontrolünü sağlamaya yönelik besin seçimlerinde bulunmakla ilgili olduğu belirtilmiştir (Atchison ve Zickgraf, 2022). Bu bağlamda bu çalışmada sonuçları değerlendirildiğinde dans bölümü öğrencilerinde beden imajı endişesindeki artışın hem kısıtlayıcı yeme davranışı hem de diyet

kalitesindeki artışla ilişkili olması nedeniyle bu sonuçların ortoreksiya nervoza ile ilgili olma olasılığının düşük olduğu söylenebilir. Ancak bunun daha net açıklanabilmesi için bu yönde araştırma yapılması yararlı olacaktır.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları bulunmakta olup en önemli sınırlılık örneklem sayısının az olmasıdır. Örneklem sayısının az olması nedeniyle beden imajı, yeme davranışı, diyet kalitesi ve antropometrik ölçümlerin etkilerinin daha net saptanabilmesi için regresyon analizi yapılamamıştır. Daha büyük evrene sahip ve birden fazla dans okulundan veri toplanmasıyla dans eğitimi alan ve almayan öğrencilerin beden imajı, yeme davranışı ve diyet kalitesi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar saptanabilir. Güçlü yanı ise çalışmanın yürütüldüğü üniversitedeki tüm dans bölümü öğrencilerine ulaşılmış olduğundan dans bölümü öğrencilerine ait değerlendirmeler evreni temsil edebilir.

SONUÇ

Bu çalışma sonuçlarına göre dans vb. fiziksel aktivite alışkanlığı olmayan kontrol grubundaki kadın öğrencilerin dans bölümü ve dans topluluğundaki kadın öğrencilere kıyasla vücut yağ oranı daha yüksektir. Dans bölümü öğrencileri, dans topluluğu öğrencileri ve kontrol grubundaki öğrencilerin beden imajı endişesi, yeme davranışı ve diyet kalitesi arasında farklılık saptanmamıştır. Beden imajı, yeme davranışı ve diyet kalitesi ilişkili olup bu ilişkiyi cinsiyet ve vücut yağ oranı gibi faktörler etkilemektedir. Bunun dışında bu çalışmada beden imajı, yeme davranışı ve diyet kalitesi ilişkisinin dans bölümü öğrencilerinde daha belirgin gözlenmiş olması nedeniyle profesyonel dans eğitiminin de etkili bir faktör olduğu görülmektedir. Bu yönde daha geniş örneklem büyüklüğünde dansçı popülasyonla çok merkezli araştırmalar yapılması daha güçlü kanıtlar elde edilmesinde yardımcı olabilir.

Araştırmanın Etik Yönü / Ethics Committee Approval

Araştırma için Doğu Akdeniz Üniversitesi, Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan etik onayı alınmıştır (Tarih: 27.03.2017 ve Karar No: 2017/40-20)

Yazar Katkısı / Author Contributions

Fikir/Kavram: C.G., H.F.; Tasarım: C.G., H.F.; Denetleme/Danışmanlık: C.G.; Analiz ve/veya Yorum: C.G., H.F.; Kaynak Taraması: C.G., H.F.; Makalenin Yazımı: C.G.; Eleştirel İnceleme: C.G.

Hakem Değerlendirmesi / Peer-review

Dış bağımsız

Çıkar Çatışması / Conflict of Interest

Yazarlar araştırmanın yürütülmesinde herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan etmişlerdir.

Finansal Destek / Financial Disclosure

Yazarlar araştırmanın yürütülmesi sürecinde bir finansal destek almadıklarını beyan etmiştir.

KAYNAKLAR

- Akdemir, A., Inandı, T., Akbas, D., Kahilogullari, A. K., Eren, M., Canpolat, B. I. (2012). Validity and reliability of a Turkish version of the body shape questionnaire among female high school students: Preliminary examination. *European Eating Disorders Review* 20, e114–e115. doi:10.1002/erv.1106
- Arcelus, J., Witcomb, G. L., Mitchell, A. (2014). Prevalence of eating disorders amongst dancers: A systemic review and meta-analysis. *European Eating Disorders Review*, 22, 92-101. doi:10.1002/erv.227
- Atalay, S., Baş, M., Eren, B., Karaca, E., Baş, D. (2020). Intuitive eating, diet quality, body mass index and abnormal eating: A cross-sectional study in young Turkish women. *Progress in Nutrition*, 22(4), e2020074. doi:10.23751/pn.v22i4.9773
- Atchison, A. E., Zickgraf, H. F. (2022). Orthorexia nervosa and eating disorder behaviors: A systematic review of the literature. *Appetite*, 177, 106134. doi:10.1016/j.appet.2022.106134
- Athanasaki, D., Lakoumentas, J., Feketea, G., Vassilopoulou, E. (2023). The prevalence of orthorexia nervosa among Greek professional dancers. *Nutrients*, 15(2), 379. doi:10.3390/nu1502037
- Balantekin, K. N., Grammer, A. C., Craft, E. E. F., Eichen, D. E., Graham, A. K., Monterubio, G. E., ... Wilfey, D. E. (2021). Overweight and obesity are associated with increased eating disorder correlates and general psychopathology in university women with eating disorders. *Eating Behaviors*, 41, 101482. doi:10.1016/j.eatbeh.2021.101482
- Baldwin, J. N., Haslam, R. L., Clarke, E., Attia, J., Hutchesson, M. J., Rollo, M. E., ... Collins, C. E. (2022). Eating behaviors and diet quality: A national survey of Australian young adults. *Journal of Nutrition Education Behavior*, 54, 397-405. doi:10.1016/j.jneb.2021.12.001
- Barakat, S., McLean, S. A., Bryant, E., Le, A., Marks, P., National Eating Disorder Research Consortium, ... Maguire, S. (2023). Risk factors for eating disorders: Findings from a rapid review. *Journal of Eating Disorders*, 11, 8-39. doi:10.1186/s40337-022-00717-4
- Bozan, N., Bas, M., Asci, F. H. (2011). Psychometric properties of Turkish version of Dutch Eating Behaviour Questionnaire (DEBQ). A preliminary results. *Appetite*, 56, 564-566. doi:10.1016/j.appet.2011.01.025
- Brown, A. F., Brooks, S. J., Smith, S. R., Stephens, J. M., Lotstein, A. K., Skiles, C. M., ... Meenan, M., J. (2020). Female collegiate dancers body composition, macronutrient and micronutrient intake over two academic years: A longitudinal study. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*, 5, 17. doi:10.3390/jfmk5010017
- Cardoso, A. A., Reis, N. M., Arinho, A. P., Boing, L., Guimaraes, A. C. A. (2017). Study of body image in professional dancers: a systematic review. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 23(4), 335-340. doi:10.1590/1517-869220172304162818
- Cooper, P. J., Taylor, M. J., Cooper, Z., Fairburn, C. G. (1987). The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *The International Journal of Eating Disorders*, 6, 485–494.
- Dantas, A. G., Alonso, D. A., Sanchez-Miguel, P. A., Sanchez, C. R. (2018). Factors dancers associate with their body dissatisfaction. *Body Image*, 25, 40-47. doi:10.1016/j.bodyim.2018.02.003
- Diogo, M. A. K., Ribas, G. G. O., Skare, T. L. (2016). Frequency of pain and eating disorders among professional and amateur dancers. *Sao Paulo Medical Journal*, 134(6), 501-507. doi:10.1590/1516-3180.2016.0077310516
- Fyler, M., Schumacher, J., Banning J., Gam, H. J. (2014). Influence of body satisfaction, body mass, and diet quality on healthy eating attitudes among college students. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 42(4), 330-340. doi:10.1111/fcsr.12067
- Goodwin, H., Arcelus, J., Geach, N., Meyer, C. (2014). Perfectionism and eating psychopathology among dancers: The role of high standards and self-criticism. *European Eating Disorders Review*, 22(5), 346-351. doi:10.1002/erv.2282
- Guenther, P. M., Reedy, J., Krebs-Smith, S. M. (2008). Development of the Healthy Eating Index-2005. *Journal of American Dietetic Association*, 108(11):1896-901. doi:10.1016/j.jada.2008.08.016
- Heyward, V. H., Wagner, R. R. (2004). Applied body composition assessment. Champaign: Human Kinetics.
- Jackson, A. M., Parker, L., Sano, Y., Cox, A. E., Lanigan, J. (2024). Associations between body image, eating behavior, and diet quality. *Nutrition and Health*, 30(1), 93-102. doi:10.1177/02601060221090696
- Jauregui, L. I., Bolanos, R. P., Valero, B. E., Torre A. O. (2016). Eating attitudes, body image and risk of eating disorders in a group of Spanish dancers. *Nutricion Hospitalaria*, 33(5), 1213-1221. doi:10.20960/nh.588

- Keay, N., Oversese, A. Francis, G. (2020). Indicators and correlates of low energy availability in male and female dancers. *BMJ Open Sport & Exercise Medicine*, e000906. doi:10.1136/bmjsem-2020-000906
- Kim, J., Choue, R., Lim, H. (2016). Differences of socio-psychology, eating behavior, diet quality and quality of life in South Korean women according to thier weight status. *Clinical Nutrition Research*, 5(3), 161-171. doi:10.7762/cnr.2016.5.3.161
- Koller, K. A., Thompson, K. A., Miller A. J., Walsh, E. C., Barcone-Cone, A. M. (2020). Body appreciation and intuitive eating in eating disorder recovery. *International Journal of Eating Disorders*, 53, 1261-1269. doi:10.1002/eat.23238
- Lawless, M., Shriver, L. H., Wideman, L., Dollar, J. M., Calkins, S. D., Keane, S. P., Shanahan, L. (2020). Associations between eating behavior, diet quality and body mass index among adolescents. *Eating Behaviors*, 36, 101339. doi:10.1016/j.eatbeh.2019.101339
- Lees, E. K., Clarke, S., Amirabdollahian, F. (2017). An investigation into eating attitudes, body image dissatisfaction and nutritional status of dance and non-dance students. *Proceedings of Nutrition Society*, 79(OCE1)E12. doi:10.1017/S002966511700012X
- Linardon, J. (2021). Positive body image, intuitive eating, and self-compassion protect against the onset of the core symptoms of eating disorders: A prospective study. *International Journal of Eating Disorders*, 54, 1967-1977. doi:10.1002/eat.23623
- Lim, S. N., Chai, J. H., Song, J. K., Seo, M. W., Kim, H. B. (2015). Comparison of nutritional intake, body composition, bone mineral density, and isokinetic strength in collegiate female dancers. *Journal of Exercise Rehabilitation*, 11(6), 356-362. doi:10.12965/jer.150244
- Liu, C. Y., Tseng M. C. M., Chang, C. H., Fang, D., Lee, M. B. (2016). Comorbid psychiatric diagnosis and psychological correlates of eating disorders in dance students. *Journal of the Formosan Medical Association*, 115, 113-120. doi:10.1016/j.jfma.2015.01.019
- Maskarinec, G., Namatame, L. A., Kang, M., Buchthal S. D., Ernst, T., Monroe, K. R., ... Lim, U. (2020). Differences in association of diet quality with body fat distrbution between men and women. *European Journal of Clinical Nutrition*, 74, 1434-1441. doi:10.1038/s41430-020-0563-1
- Meriaux, S. S., Falzon, C., Brain, P. L., Filaire, E., Longueville, F. A. (2015). Big five personality traits and eating attitudes in intensively training dancers: The mediating role of internalized thinness norms. *Journal of Sports Science and Medicine*, 14, 627-633.
- Nagata, J. M., Ganson, K. T., Murray, S. B. (2020). Eating disorders in adolescent boys and young men: an update. *Current Opinion Pediatrics*, 32:476-481. doi:10.1097/MOP.0000000000000911
- Perelman, H., Buscemi, J., Dougherty, E., Haedt-Matt, A. (2018). Body dissatisfaction in collegiate athletes: Differences between sex, sport type, and division level. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 12, 718-731. doi:10.1123/jcsp.2018-0018
- Robbeson, J. G., Kruger, H. S., Wright, H. H. (2015). Disordered eating behavior, body image, and energy status of female student dancers. *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism*, 25, 344-352. doi:10.1123/ijsnem.2013-0161
- Sanlier, N., Yassibas, E., Bilici, S., Sahin, G., Celik, B. (2016). Does the rise in eating disorders lead to increasing risk of orthorexia nervosa? Correlations with gender, education, and body mass index. *Ecology of Food and Nutrition*, 55(3), 266-278. doi: 10.1080/03670244.2016.1150276
- Santo, A. H. C., Pinto, A. J., Mazzolani, B. C., Smaira, F. I., Ulian, M. D., Gualano, B., Benatti, F. B. (2022). "Can a ballerina eat ice cream?": A Mixed-Method Study on eating attitudes and body image in female ballet dancers. *Frontiers in Nutrition*, 8, 665654 doi:10.3389/fnut.2021.665654
- Silverii, G. A., Benvenuti, F., Morandin, G., Ricca, V., Monami, M., Mannucci, E., Rotella, F. (2022). Eating psychopathology in ballet dancers: A meta-analysis of observational studies. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 27, 405-414. doi:10.1007/s40519-021-01213-5
- Tao, Z., Sun, Y. (2015). Eating attitudes, weight control behaviors and risk factors for eating disorders among Chinese female dance students. *European Journal of Psychiatry*, 29(4), 249-258. doi:10.4321/S0213-61632015000400003
- Ural, A., Kılıç, İ. (2006). Bilimsel araştırma süreci ve SPSS ile veri analizi. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Van, S. T., Fruters, J., Bergers, G., Defares, P. (1986). The Dutch Eating Behaviour Questionnaire (DEBQ) for assesment of restrained, emotional and external eating behaviour. *International Journal of Eating Disorder*, 5, 295-315. doi:10.1002/1098-108X(198602)5:2<295::AID-EAT2260050209>3.0.CO;2-T
- Walter, O., Yanko, S. (2018). New observations on the influence of dance on body image and development of eating disorders. *Research in*

- Dance Education*, 19(3), 240-251.
doi:10.1080/14647893.2017.1420767
- Weinberger, N. A., Kersting, A., Helleri S. G. R., Sikorski, C. L. (2016). Body dissatisfaction in individuals with obesity compared to normal-weight individuals: a systematic review and meta-analysis. *Obesity Facts*, 9, 424–441.
doi:10.1159/000454837
- Wyon, M. A., Hutchings, K. M., Wells, A., Nevill, A. M. (2014). Body mass index, nutritional knowledge, and eating behaviors in elite student and professional ballet dancers. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 24, 390-396.
doi:10.1097/JSM.0000000000000054
- World Health Organisation. (2024). A healthy lifestyle- WHO recommendation. Erişim tarihi: 27.07.2024, <https://www.who.int/europe/news-room/fact-sheets/item/a-healthy-lifestyle---who-recommendations>.