

YEMEK YEMENİN TIBBİLEŞTİRİLMESİ VE YEME BOZUKLUKLARI

Selin ATALAY*

Sude DİZDAR**

Öz

Bu çalışma yeme bozukluğu olarak tanımlanan ve gün geçtikçe dünyanın farklı yerlerinde görülme sıklığı artan, farklı yaş gruplarında görülür hale gelen yeme durumlarına ilişkin, sosyolojik bir çerçeve sunmaya odaklanmaktadır. Çalışmada Foucault'nun kavramsal çerçevesi temelinde biyoiktidar ve kendini ve başkalarını yönetme tekniklerinin birleşiminde yer alan yönetimsellik kavramları kullanılmaktadır. Sosyal meselelerin tıbbi müdahaleye açık durumlar olarak ele alınmasını sağlayan tıbbileştirme süreci bu bağlamda bir yönetimsellik teknolojisi olarak ele alınmıştır. Günümüzde tıbbi kategoriler olarak ele alınan durumların ortaya çıktığı sosyo-kültürel alanı izole edebilmek adına çalışmada yemenin kontrolünün ve gıda üretiminin tarihsel boyutları değerlendirilmiştir. Yeme bozuklukları, küreselleşme, Batı ve özellikle ABD kaynaklı beslenme pratikleri ve ideal beden anlayışının dünya geneline yayılması, diyet gıdaları da kapsayacak şekilde gıda endüstrisinin kar temelli işleyişi ve gıda güvencesizliği gibi toplumsal gelişmeler temelinde ele alınmıştır. Yemenin 'aşırı' kontrolü (anoreksi) ya da kontrolün kaybı (tıkınırcasına yeme) üzerine kurulu yeme bozukluğu kategorilerinde de görüldüğü gibi bu durumlar kadın bedeninin sosyal kontrolü ve biyoiktidarın işlerlik kazandığı yönetimsellik alanları olarak değerlendirilmiş ve yemeğin ve yemek yemenin sosyal medyadaki sunumu #foodporn, ASMR ve mukbang gibi sosyal medya içerikleri temelinde analiz edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Biyoiktidar, Mukbang, Tıbbileştirme, Yeme Bozuklukları, Yönetimsellik.

* Doç. Dr., İzmir Bakırçay Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Sosyoloji Bölümü, selin.atalay@bakircay.edu.tr; ORCID: 0000-0002-7095-6396

** Yüksek Lisans Mezunu, İzmir Bakırçay Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sosyoloji Anabilim Dalı, sudeedizdar@gmail.com; ORCID: 0009-0006-3631-1937

Makale Gönderim Tarihi: 24/01/2025, Makale Kabul Tarihi: 29/04/2025

Medicalization of Eating and Eating Disorders

Abstract

This study focuses on building a sociological framework for eating conditions which are defined as eating disorders. The prevalence of eating disorders is increasing in different parts of the world where they are observed in different age groups. In the study, based on Foucault's conceptual framework, the concepts of biopower and governmentality- the combination of techniques to manage the self and management of others- are used. In this context, medicalization, which enables social issues to be addressed as matters open to medical intervention, is considered as a technology of governmentality. The historical dimensions of control of eating and food production are assessed in the study in order to isolate the socio-cultural setting in which these medical categories are created. Eating disorders are discussed within the framework of social developments such as globalization, Western and especially US-based nutritional practices and the spread of its understanding of an ideal body throughout the world, the profit-based operation of the food industry, including diet foods and food insecurity. As can be seen in the eating disorder categories based on 'excessive' control of eating (anorexia) or loss of control (binge eating), these conditions can be evaluated in terms of social control of the female body and as areas of governmentality where biopower becomes operational. The presentation of food and eating on social media is also discussed in terms of #foodporn, ASMR and mukbang contents.

Keywords: Biopower, Eating Disorders, Governmentality, Medicalization, Mukbang.

Giriş

Bu çalışma yeme bozukluklarına ilişkin sosyolojik bir çerçeve sunmayı hedeflemektedir. Yeme bozukluğu olarak tanımlanan durumlar, yiyecek kısıtlamaları, oruç tutma gibi pratikler nezdinde tarihte de görülebilmektedir. Günümüzde ise yemek yemenin tıbbi bir mesele haline gelmesi ile birlikte, 'anormal' olarak tanımlanan yemek yeme durumları, tıbbi teşhis ve müdahaleye konu olan bozukluklar olarak ele alınmakta ve bu bozukluklar dünya genelinde artan sıklıkta görülür hale gelmektedir. Toplumsal olarak düzenlenmiş, sosyal sistemle kuşatılmış bir davranış olarak yemek yemeyi anlamlandırmak sosyolojik anlamda kuramsal ve kavramsal bir bakış açısını gerektirmektedir. Yeme bozukluğu olarak tanımlanan ve tıbbileştirilen durumların arka planında sosyal alana dair değişimler, dönüşümler ve piyasa ilişkilerinin yer aldığı söylenebilir. Bu bağlamda yeme bozukluklarını anlamak, yapısal değişimlerin ve toplumsal alanın izini sürmeyi gerektirmektedir.

Çalışma kapsamında yemek yemenin toplumsal tarihi ele alınacak ve bu bağlamda günümüzün sanayi sonrası toplumunda ortaya çıkan yeme bozuklukları, tarihsel bir bağlama oturtulmaya çalışılacaktır. Günümüzde temel sosyal kontrol alanının tıp alanı olduğu varsayımından hareketle, yeme bozukluklarının tıbbileştirilmesine ilişkin süreç ele alınacaktır. Bu bağlamda 'anormal' yeme durumlarına ilişkin tıbbi tanımlara değinilecektir. Bireysel sorunlar olarak ele alınan yeme bozukluklarının toplumsal arka planı ortaya konulacak ve bu durumlar Batı kaynaklı bir güzellik algısının küreselleşmesi, gıda ve diyet endüstrisinin kâr temelli işleyişi, gıda güvencesizliği gibi sosyal alana ilişkin gelişmeler temelinde değerlendirilecektir. Çalışma bu değerlendirmeyi, Foucaultcu bir kavramsal çerçeve temelinde, biyoiktidar, yönetimsellik, bedenin sosyal kontrolü kavramları etrafında gerçekleştirmeyi hedeflemektedir. Bu bağlamda, Batı tipi beslenmenin yaygınlaşması, küresel gıda endüstrisinin işleyişi ve kadın bedeninin kontrolü gibi durumlar ve gelişmeler ele alınmış, mukbang videoları özelinde sosyal medyada yemek yemenin sunumu tartışılmıştır. Çalışmada ilk olarak kavramsal çerçeve sunulmuştur.

Biyo-Politika, Bedenin Sosyal Kontrolü ve Yönetimsellik

Foucault'ya göre beden, güç ilişkilerinin fiziksel tezahürlerini taşıyan bir alan olarak her daim toplumsal baskı ve normların dayatmalarına konu olmuştur. Bu anlamda beden sosyal olarak inşa edilen bir alandır (Hesse-bieber, 1991, s. 174). Foucault felsefi tartışmanın merkezinde olan 'akıl' kavramını bilinçli bir şekilde geri planda tutmuş ve "Kliniğin Doğuşu" ve "Cinselliğin Tarihi" gibi çalışmalarında, gücün hedefi ve uygulanma alanı olarak bedeni merkeze almıştır. Beden gücün tatbik edildiği bir alan olduğu gibi, reddedildiği, karşı çıkışların

meydana geldiği bir yerdir (Fox, 1998, s. 425). Beden basit bir şekilde doğa içindeki bir varlıktan ibaret değildir. Bedenin biyomedikal tıbbi bakış temelinde “soyut, bağımsız bir insan organizması” olarak ele alınması kültürel olarak inşa edilmiştir (Turner, 2011, s. 27). Bu durum bedenlerin yönetimine yönelik bir iktidar biçiminin ortaya çıkması ile ilişkili görülmektedir.

Geçmişte Batı dünyasında iktidar, kimin yaşayacağı kimin öleceği kararı üzerinden ölümü yönetirken modern toplumda iktidar yaşamın ve bedenlerden oluşan nüfusun yönetimine odaklanmıştır. Bu durum biyopolitika kavramı çerçevesinde ele alınmaktadır. Biyopolitika, insanın bir canlı türü olarak biyolojik özellikleri temelinde yönetilmesi üzerine kurulu bir iktidar şeklidir (Foucault, 2020, s.30). Normal ve anormal ayırımına ilişkin hakikati üreten iktidar, normallik nosyonları temelinde nüfusun ‘uysal bedenler’ bütünü olarak inşa edilmesi yönünde söylemler ve pratikler geliştirmiştir (Arpacı, 2016, s.90; Baştürk, 2012, s.72).

Görünmez ve tek bir kaynak ve düzlemdense her yerde olup tüm toplumsal alanlarda kendini gösteren biyoiktidar, bedenlerin kapitalist üretim için işlevsel hale gelmesini sağlamaktadır: “Bu biyo-iktidarın kapitalizmin gelişmesinin vazgeçilmez bir ögesi olduğu kuşku götürmez; çünkü kapitalizm, bedenlerin denetimli bir biçimde üretim aygıtına sokulması ve nüfus olaylarının ekonomik süreçlere göre ayarlanmasıyla güvence altına alınmıştır” (Foucault, 2007, s. 103). Beden iki temel birbirini tamamlayan alanda ortaya çıkan kontrol temelinde yönetilmektedir: disipline edilmiş makine olarak insan (insan bedeninin anatomopolitiği) ve biyolojik bir tür olarak insan (Foucault, 2009, s. 490). Burada bedenlerin kontrolü, zorlama yoluyla değil, uzman bilgisi üzerine kurulu normalleştirme teknikleriyle gerçekleştirilmektedir (Ourahmoune, 2017, s.194).

Bedenin kontrolü yönetim sanatının gelişimi, yeni bir yönetsel rasyonalite olan ‘yönetimselliğin’ ortaya çıkması ile yeni teknikler temelinde gerçekleşir hale gelmiştir. Foucault (2020, s. 29), yönetimselliği şöyle tanımlamaktadır: “Başkalarının üzerinde hakimiyet kurma teknolojileriyle kendini biçimlendirme tekniklerinin kesişmesine ben yönetimsellik diyorum. Yönetimsellik, yönetmenin yöntemleri ile ilişkilidir (Gordon, 1991, s.7). Yönetimsellik nosyonu, yöneten ve yönetilen biçiminde ortaya çıkan ikili ilişkiyi döngüsel hale getirmekte, yönetimin nesnesi aynı zamanda öznesi haline gelmektedir. Burada önemli olan kimin yönettiği değil, devletin yönetimi, kendimizin ve diğerlerinin yönetimi arasındaki ilişkidir (Muller, 2011, s.4).

Foucault’ya (2009, s.164) göre modern toplumlarda yönetim sanatı aynı anda hem totalize edecek hem de bireyselleştirecek tekniklerin geliştirilmesine odaklanmıştır. Foucault (2007, s. 58, 71) modern toplumun temelinde, bireyleri

gözetlemek, belirli bir şekle sokmak ve kontrol etmek üzere tasarlanan bilgi-iktidar tekniklerinin geliştirilmesinin yer aldığını savunmaktadır. Bedenlerin yönetimselliği, modern toplumlarda büyük ölçüde tıp alanında üretilen bilgi temelinde gerçekleşmektedir (Turner, 2011, s.23). Bu anlamda beslenmeye ilişkin normal/anormal ayrımlarının inşası, tıbbi merkeze alan bir söylem inşasına tekabül etmekte ve bedenin üretici potansiyelini ortaya çıkarmaya yönelik bir (oto)kontrol biçimini öngörmektedir. Bunun gerçekleşmesini sağlayan temel mekanizmanın tıbbileştirme olduğu öne sürülmektedir.

Bir Yönetimsellik Teknolojisi Olarak Tıbbileştirme

Foucault günümüzde iktidarın, biyopolitika üzerine kurulduğunu öne sürmektedir. Burada biyopolitikanın işlerlik kazanmasında modern tıp stratejik bir öneme sahiptir. Tıbbi bilgi, sosyal kontrolün temel araçlarından bir haline gelmiştir. Bu temelde nüfusun, normal/anormal kategorileri üzerinden ortaya çıkan bir hakikat rejimi aracılığıyla kontrolü sağlanmaktadır. Tıbbi bilgi, doğrudan iktidar mekanizmalarının içinde görünür olurken bireylerin kendi bedenlerini bu hakikat çerçevesinde kavraması ve bu şekilde kendini ve diğerlerini kontrol etmesi yoluyla gerçekleşen kendini biçimlendirmenin aracı haline gelmektedir (Atalay, 2021, s.194; 2022, s.128).

Foucault (1992, 2006, 2007) biyoiktidar ve bedenin sosyal kontrolüne ilişkin eserlerinde tıbbi olmayan alanların tıbbi tanımlar ve tedaviler yoluyla ele alınmasının tarihsel boyutlarına değinirken ‘tıbbileştirme’ kavramını kullanmamıştır (Conrad, 1992, s.210). Fakat kavramın ilk olarak Kliniğin Doğuşu (Foucault, 2006, s.55) eserinin İngilizceye çevrilmiş metninde kullanıldığı belirtilmektedir (Dingwall, 2008, s.382). Tıbbileştirme önceden tıp alanına dahil olmayan problemlerin tıbbi meseleler haline getirilerek tedavi edilmesi gereken sorunlar olarak tanımlanmasıdır. İnsan varoluşuna ilişkin herhangi bir durum, patoloji olarak tanımlanabilmekte (Furedi, 2006, s.17) ve tıbbi bilginin sınırları içine çekilerek tıbbi müdahaleyi gerektirir hale gelmektedir. Geçmişte tıbbileştirmenin itici gücü tıp alanının kendisi iken günümüzde sıradan insanlar tıbbileştirmenin öznesi haline gelmektedir (Conrad, 2007, s.4-10). Bu durum, toplumsal her alanda görülür olan kaynağı belirsiz bir biyoiktidara işaret eder niteliktedir. Güncel hakikat rejiminde yönetimselliğin üzerine kurulmuş olduğu mekanizmalardan birinin, sosyal alanın tıbbi hale getirilmesini sağlayan tıbbileştirme mekanizması olduğu söylenebilir.

Tıbbileştirme, toplumsal yaşamın birçok alanında gerçekleşmektedir. Gündelik yaşam, sosyal dönüşümler, bireyler üzerinde baskı yaratırken, bu sorunlar karşısında çaresiz kalanlar için çözüm, tıbbi teşhis ve tedavi yoluyla üretilmektedir (Davis, 2010, s. 220). Yas, üzüntü gibi duygu durumları, alkol

kullanımı, kumar oynama gibi sapma davranışları, yaşlanma, doğum gibi 'doğal yaşam süreçleri' tıbbileştirilen alanlar arasındadır (Conrad, 2007, s.6). Doğal yaşam süreçleri yanında bedensel süreçler de tıbbileştirilmektedir. Tıbbileştirmenin gerçekleştiği temel bedensel süreçler arasında uyku uyuma (Barbee, Moloney ve Konrad, 2018, s.11) ve yemek yeme yer almaktadır.

1950'li yıllarda tıp alanında, hayvansal yağlar ve basit şekerler gibi yiyeceklerin tüketimi ve hipertansiyon, kalp rahatsızlıkları, diyabet ve kanser gibi kronik rahatsızlık kaynaklı hastalık ve ölüm oranlarının artışı arasındaki ilişki ortaya konulmuştur. Bu durum zararlı besinlere ya da yemek yeme biçimlerine ve 'anormal' kilo durumlarını engellemeye yönelik tıbbi söylemin inşasını getirmiştir (Gracia Arnaiz, 2009, s.193). Tıp uzmanları, halk sağlığı yetkilileri bireylerin 'sağlıklı' ve 'kararında' yemek yeme pratiklerini hayata geçirmelerine yönelik söylemler ortaya koymaktadır (Ourahmoune, 2017, s.193). Günümüzde beslenme uzman bilgisine bağımlı kılınmakta, kalori hesabı, yiyeceklerin tüketilme biçimleri, yiyeceklerin sağlıklı ya da doğal olarak kategorize edilmesi tıbbi bilgi çerçevesinde gerçekleşmektedir (Ferreira vd., 2015, s. 114)

Yeme bozuklukları olarak görülen durumların günümüzde ortaya çıktığı sosyo-kültürel ortam ele alınmadan önce, aşağıda yemek yemenin kontrolünün ve yiyecek üretiminin kısa tarihine değinilmiştir.

Yemek Yemenin Kontrolü ve Yiyecek Üretiminin Kısa Tarihi

Yemek yeme, doğal bir olgu olduğu kadar sosyal ve politik bir olgudur (Kim, 2020, s.4). Yemek yemenin sadece biyolojik ihtiyaca karşılık gelen bir eylem değil aynı zamanda yiyeceklerin üretiminden itibaren tüm süreçleri içine alan, yiyecek olarak görülen şeyleri belirleyen ve toplumsal birliktelikleri ve ritüelleri kapsayan toplumsal sistemin bir parçası olduğu söylenebilir. Yemek yeme sosyal bir pratik olduğu gibi, tarih boyunca ritüellerin önemli bir parçası olmuş, yemek sembolik anlamlar içermiştir. Yemek yeme çağlar boyunca insanları bir araya getiren bir kolektif etkinlik, tüketilen yiyecekler ise kültürün önemli bir parçası olmuştur. Yemeğin kültürel boyutu, yiyecek ve içeceklerin hazırlanma aşamalarından tüketimine, toplumun sosyokültürel ve ekonomik durumuna, yeme-içme alışkanlıklarına, tarihsel kimliğine ve tarımsal üretimin mutfığa yansımasına kadar dayanan derin kültürel detaylardan oluşmaktadır (Solmaz ve Dülger Altınır, 2018, s.109). Yemek kültürlerinin biçimlenmesinde o topluma ait inançlar, ekolojik çevre ve damak zevklerinin iç içe geçmesinin etkili olduğu belirtilmektedir (Üzülmez ve Onur, 2021, s. 1354-1355).

Yemek yeme özellikle modern öncesi toplumda dini kurallar tarafından düzenlenmiştir. Yemek kültürü ve inancın kişilik yapısına etkileri olabileceğini

savunan düşünürler bulunmaktadır. İbn Haldun için sağlık, beslenme ve ahlak ilişkisi içinde tüketilen gıdaların insan karakteri üzerinde bir etkisi bulunmaktadır. Ona göre beslenme konusunda yetersiz kalan insanların vücutları bolluk içinde yaşayan insanlardan daha estetik bir görüntüye ve daha düzgün bir ahlaka sahiptir. Bu durumda dengesiz beslenmeye bağlı olarak beyin zarar göreceğinden aklın üzeri örtülecek, sonuç olarak anlayışsızlık ve gaflet gibi ahlaki bozukluklar ortaya çıkacaktır (Pehlivan, Yavaş ve Nassan, 2023, s. 68-69).

Kültürün ve kolektif var oluşun önemli bir ögesi olan yemek yeme, tarih boyunca belirli şekillerde toplumsal kontrole tabi kılınmıştır. İnsanlar bir arada yaşamaya başladıkları ilk dönemlerden itibaren yeme ve içmeye dair bazı kurallar ortaya koymuştur. Yemek yemenin kontrolü modern döneme gelene kadar büyük ölçüde inanç temelinde gerçekleşmiştir. Mary Douglas, *Saflık ve Tehlike* (2021) eserinde yiyecek kısıtlamalarını toplumsal tasnif sistemleri temelinde ele almıştır. Toplumlar her daim 'normaldışı' olarak tanımlanandan sakınma yoluna gitmiştir. Bu durumun bir örneğini Musevilerin yeme yasaklarında görmek mümkündür. Belirli hayvanlar, hava, su ve toprakta yaşayanlar olarak tasnif edilmiş, ait olduğu grubun genel özelliklerine aykırı özellikler barındıran hayvanlar kirli sayılmış ve yenmeleri yasaklanmıştır: "Domuzdan kaçınma konusunda Eski Ahit'te belirtilen tek gerekçe, domuzun sığır tanımının gerektirdiği bu iki ölçüte uymamasıdır; domuzun çerçöp yeme alışkanlığı konusunda söylenen bir şey yoktur" (Douglas, 2021, s. 79). İnanç temelli sosyal kontrolün gerçekleştiği bu dönemde ortaya çıkan yeme yasaklarının gerekçelerinin günümüzdekilerden farklı olduğu görülmektedir.

Foucault (1992, s.170), sınıflandırmalar, zaman çizelgeleri ve kayıtlar temelinde işleyen bir disiplinin erken dönem örneğinin manastır olduğunu ortaya koymuştur. Manastırda ortaya çıkan disiplin, sonrasında fabrika, okul ve hapisane gibi yerlerin de özelliği haline gelmiştir. Modern öncesi dönemde Batı dünyasında belirli besinlerden kaçınma yoluyla tutkuları kontrol altında tutma itkisi dini otoritesinin güdümünde ve belirli ölçülerde tıbbi bilginin gelişimine paralel bir şekilde ortaya çıkmıştır. Manastırlarda tüketilen yiyeceklerin cinsel isteği azaltmaya yönelik işlevleri üzerinde durulmuş ve yeme pratiği bu anlamda kontrol altına alınmıştır (Foucault, 2007, s.416)

Protestanlık asketizminin, kapitalizmin gelişimine koşut olduğu fikrinden hareketle yemek yemenin yönetimi de aynı doğrultuda farklı bir hedef temelinde gerçekleşir hale gelmiştir: kapitalizm için gerekli görülen "ayık, dürüst ve çalışkan" bir emek gücü yaratma (Turner, 1982a, s. 27). Belirli şekilde beslenme fikirleri Hristiyanlık öğretisi çerçevesinde geliştirildiğinde "...iç bedeni kontrol altına almayı amaçlarken, modern diyetler, kozmetikler ve diğer bedensel bakım

sistemleri dış bedeni hedefler; iyi görünmek bir benlik-imgesi sunmanın oldukça önemli olduğu bir toplumda kendini iyi hissetmekle aynı şeydir” (Turner, 2011, s. 35). Gıda alımına ilişkin beslenme bilimindeki gelişmeler de kapitalizmin toplumsal sınıf ilişkileri içinde bedeni disipline etme tekniklerinin karmaşıklaşması ile ilişkilidir. Burada beden, girdi çıktı hesabının detaylı bir şekilde yapılabileceği bir makine gibi görülmektedir. Bu durum Kartezyen zihin beden ayrımı ve modern dönemde toplumsal beden tahayyülü ile ilişkilidir. Günümüzde tıbbi bir formda ele alınan beden problemi hakkında Turner şöyle demektedir: “Günümüzde obezite, diyet, zayıflama ve anoreksi, yemek ve alerji konusundaki güncel endişeler, beden üzerine rasyonel hesaplama ve bilimin sosyal kontrol aygıtında kullanımı ile ilişkilidir” (1982b, s. 268).

Yemek yemenin geçmişte inanç temelinde kontrolü gerçekleştirirken günümüzde bu kontrolün tıp alanı üzerinden gerçekleşmekte olduğu görülmektedir. Yemek yemenin kontrolü dışında, yiyeceklerin üretilme biçimlerinin de toplumsal yapıya koşut bir şekilde değişim göstermesi söz konusudur. Neolitik dönemin başlangıcı beslenme alışkanlıkları ve kullanılan aletlerin değişimi gibi konularda farklılaşma yaratan dönem olarak görülmektedir. Bu dönemde toplayıcılıkla geçim sağlanırken tarıma ve hayvancılığa dayalı beslenme dönemine geçilmiştir. Bu aşamaya geçilmesi iş bölümü ve statülerin belirlenmesinde rol oynamıştır. 18. yüzyıla gelindiğinde ise Endüstri Devrimi'yle insanların beslenme sürecinde son aşama yaşanmıştır. Konserve yiyecekler, işlenmiş hazır gıdalar, bitkisel yağlar ve rafine edilmiş tahıllar beslenme listelerinde yerini almıştır. Bu besinlerin içeriği hayvansal ürünler, karbonhidrat ağırlıklı besinler, doymuş yağ ve kolesterol bakımından zengindir. Bu durumun günümüzde yaşanan birçok sağlık sorununun temelinde olduğu öne sürülmektedir (Eren ve Özer, 2018, s. 310–311; Selimoğlu vd., 2018, s. 392).

Tarım Devrimi ile endüstriyel tarımın başladığı dönemde tohum ıslahı gerçekleştirilmiş, sulama imkânları geliştirilmiş ve üretimde gübre, aşı, tarım ilacı kullanılmaya başlanmıştır. Böylece tarıma dayalı üretimde çalışan sayısına ve arazi alanına daha az, makine ve girdiye daha çok önem verilen bir döneme geçilmiştir. Makine, ilaç ve gübre gibi gelişim gösteren bu teknolojilerin büyük bir çoğunluğu endüstri devrimi sonucu ortaya çıkmıştır. “Yeşil Devrim” diye de adlandırılan bu dönemde temel gıda üretimi yaklaşık 15 kat artış göstermiştir. Tarım devrimi 21. yüzyıl ve sonrası dönemde biyoloji ve teknolojiye gelişmelerle birleşmiştir. Bu dönemde tarımsal üretimde emek yoğunluklu bir süreçten bilginin yoğun olduğu bir sürece geçilmiştir. Üretim risklere açık bir üretime dayalı olmaktan çıkmış, planlı ve kontrollü bir ortamda yapılmaya başlamıştır (Pakdemirli vd., 2021, s. 80).

Bilgi ve teknolojilerin gelişimine bağlı olarak farklı sektörlerde üretim sürecinde değişiklikler yaşanmıştır. Üretimde büyük artış gerçekleşmiş ve ürün çeşitliliği arttığı için beslenme alışkanlıklarında dönüşüm meydana gelmiştir (Aksoy, 2017, s. 23). Tarımda teknolojinin kullanılması ve tarımın dijitalleşmesi Tarım 4.0 olarak ifade edilmektedir. Çeşitli sektörlerde etkisini gösteren teknoloji tarım sektöründe de gelişim göstermiş, genetiği zararlı ürünleri engellemeye yarayan teknolojilerin geliştirilmesi gibi gelişmelerle bu sektörde dijitalleşme yaşanmıştır (Kirmikil ve Ertaş, 2020, s. 6). Yiyecek üretiminde sanayileşme ve sonrasında dijitalleşme dünya genelinde gıdaya erişimi kolaylaştırırken, ileride ele alınacağı şekilde kar temelli işleyen bir gıda piyasasının da temel mekanizmalarını oluşturduğu söylenebilir. Günümüzde gıdaya erişimin kolaylaşması ve gıda çeşitliliğinin artışı ile özellikle erken sanayileşmiş ülkelerde beslenme anlayışında temel vurgu 'az yemek yeme' üzerine kurulur hale gelmiştir. Geçmişte var olan "Yeterli yiyeceğe sahip olamama korkusu azalmış yerini, yemek yemenin nasıl kısıtlanacağına dair endişe almıştır" (Gracia Arnaiz, 2009, s. 193). Yeme bozuklarının böylesi bir toplumsal değişme çerçevesinde ortaya çıktığı söylenebilir.

Tıbbi Bir Alan Olarak Yeme Bozuklukları

Tanımlanan ilk yeme bozukluğunun Anoreksiya Nervoza olduğu bilinmektedir. Bu bozuklukların tanımlanması ve sınıflandırılması uzun zaman almıştır. Yeme bozukluğu yeme davranışlarındaki sıkıntılara verilen genel isimdir. Yeme bozukluğu ile ilgili birden fazla tanım bulunurken bu durumun temelinde fiziksel görünüş, vücut ağırlığı ve bedene yönelik olumsuz düşünceler ve yeme davranışlarındaki bozukluklar olduğu belirtilmektedir. Yeme bozuklukları hatalı yeme davranışları ve yanlış besin tüketiminin eşlik ettiği psikososyal bozukluklar olarak görülmektedir (Demirer ve Yardımcı, 2016, s. 278).

Yeme Bozukluğu üzerine yapılan çalışmaların sayısındaki artış hastalığın anlaşılması, sınıflandırılması konusunda önemli bir rol oynamıştır. Yeme Bozukluklarının tanı ve sınıflandırmasında Amerikan Psikiyatri Birliği'nin yayınlamış olduğu Ruhsal Hastalıklarının Tanısal ve Sayımsal El Kitabı (DSM) kullanılmaktadır. 1994 yılında dördüncü güncellemesi yapılan DSM-IV kriterlerine göre "yeme bozuklukları; 'Anoreksiya Nervoza', 'Bulimia Nervoza' ve 'Başka Türü Adlandırılmayan Yeme Bozuklukları' olarak üç başlık altında incelenmiştir. Yeme bozukluklarıyla ilgili çalışmaların artmasıyla, DSM-5'de konuyla ilgili kategoriler sekiz başlığa çıkartılmış ve veriler eksik olduğunda tanı konulmasına yardımcı olması için "tanımlanmamış diğer bir beslenme ya da yeme bozuklukları" alt kategorisi eklenmiştir. Bu alt grupta; "Pika, Ruminasyon (Geri Çıkarma) Bozuklukları Kaçınan/Kısıtlayıcı Besin Alım Bozuklukları,

Anoreksiya Nervoz, Bulimia Nervoz, Tıkanırcasına Yeme Bozukluğu, Tanımlanmış Diğer Beslenme ve Yeme Bozuklukları ve Tanımlanmamış Diğer Beslenme ve Yeme Bozuklukları yer almaktadır” (Demirer ve Yardımcı, 2016, ss. 281–282). Bu bağlamda bir sonraki başlıkta temel yeme bozukluğu kategorilerinden kaçınan yiyecek alımı bozukluğu, anoreksiya nervoz, bulimia nervoz ve tıkanırcasına yeme bozukluğu tanımları ele alınmaktadır.

Kaçınan/Kısıtlı Yiyecek Alımı Bozukluğu (KKYAB)

DSM-5'e göre KKYAB “gıda ya da yemeye yönelik ilgi kaybı, gıdanın kokusu, görünümü gibi duylara hitap eden özelliklerine karşı kaçınanlık, yemenin tiksindirici sonuçlarından endişe gibi yeme ya da beslenme bozukluğu” olarak tanımlanmaktadır (Karadere ve Hocaoglu, 2018, s. 113).

Anoreksiya Nervoz

Güven ve arkadaşlarına (2020, s. 279) göre anoreksiya nervoz (AN) “gereksinimlere göre enerji alımını kısıtlamanın bir sonucu olarak belirgin bir biçimde düşük vücut ağırlığına sahip olma, kilo almaktan korkma ve kilo almayı güçleştiren davranışlarda bulunma olarak tanımlanmaktadır”. Bireyde anoreksiya gibi bir yeme bozukluğu varsa bu hastalığın tek bir sebebe bağlı olduğu söylenemez. Biyolojik, sosyal, ailesel faktörler bu bozuklukların kendini göstermesinde etkili sebepler arasındadır (Zaman, 2019).

Bulimia Nervoz

Bulimia nervoz zayıf olamama, yağlanma korkusu yaşama gibi vücudun ağırlığı ve şekliyle ilişkili olarak kişinin yaşadığı bir bozukluktur. Hastaların kontrolsüz bir biçimde az zaman içerisinde çok yemek yemesi hatta diyetlerinde bulunun yasaklı yiyecekleri tüketmeleri, çok egzersiz yapmaları, diyetten kaçınmaları ve yediklerini kusarak çıkarma çabaları en yaygın belirtiler arasındadır (Ersoy, 1991, ss. 95-96). “Bulimiya nervozalı hastalar ya normal ya da normalin üstünde kilodadırlar ve bu özellikleriyle beden ağırlıkları normalde olması gerekenin %15 altında olan anoreksiya nervozanın tıkanırcasına yeme/çıkarma tipli hastalarından farklılardır” (Aytaç ve Hocaoglu, 2016, s. 158).

Tıkanırcasına Yeme Bozukluğu

Tıkanırcasına yeme, bilişsel kontrol kaybı altında aşırı miktarda yiyecek alan bireyler tarafından sergilenen anormal bir yeme davranışı olarak tanımlanmaktadır. Tıkanırcasına yeme bozukluğunun diğer yeme bozukluğu türlerinden daha yaygın olduğu ve tıkanırcasına yeme kavramının resmi bir tanı olmaksızın çok çeşitli yeme davranışlarını kapsadığı düşünüldüğünde, önemli

sayıda insanın tıknırcasına yeme bozukluğundan etkilenebileceği belirtilmektedir (Kim ve Mackert, 2022, s. 1134).

Bireyin yemesi gerekli olan yemek miktarından çok daha fazlasını kısa bir süre içinde yediği ve buna engel olamayarak davranışın tekrarlandığı durum olarak tıknırcasına yeme bozukluğu, Bulimia Nervosa ile benzer tanımlar içermektedir (Turan ve diğerleri, 2015, s. 419). Tıknırcasına yeme bozukluğunun temel sebebi bireyin yemek yemeden tatmin olmakta zorluk çekmesidir. Aynı zaman dilimi içerisinde ve aynı şartlarda yiyebileceği çok fazla yiyeceği kısa bir zaman içinde ve aşırı bir şekilde yeme davranışının tekrarlandığı bir yeme bozukluğudur (Öney ve Şişman, 2023, s. 422–423).

Yeme Bozukluklarının Görülme Sıklığı ve Sosyolojik Boyutları

Geçtiğimiz yüzyılda dünya genelinde yeme bozukluklarının görülme sıklığında artış olduğu görülmektedir. Galmiche ve arkadaşları (2019, s. 1410), 2000-2018 yıllarında yayınlanan çalışmaları analiz etmiş ve yeme bozukluğu görülme sıklığının dünya genelinde artmış olduğunu ortaya koymuştur. Geçmişte büyük ölçüde ergenlik dönemi rahatsızlığı olarak ele alınsa da günümüzde yeme bozukluklarının, yaşlılarda görülme sıklığında artış olduğu belirtilmektedir (Mulchandani vd. 2021, s.2). Farklı yaş gruplarını kapsayacak şekilde genişleyen yeme bozukluğu hastalık kategorisi halen büyük ölçüde gençlik dönemi hastalığıdır. Dünya genelinde anoreksiya nervosa görülme sıklığı özellikle 1935-1999 yılları arasında belirgin derecede artış göstermiştir (Hoek, 2006, s. 338).

Batı ülkeleri genelinde gençlerde yeme bozukluğu görülme sıklığı kadınlar için %6-18 aralığında, erkekler için %2 oranında gerçekleşmektedir. Geçmişte yeme bozukluklarının düşük oranlarda görüldüğü diğer daha düşük gelirli ülkelerde ise günümüzde, bozuklukların görülme sıklığı yüksek gelirli ülkelerle benzer seviyelere ulaşmaktadır. Covid-19 döneminde de bozuklukların dünya genelindeki görülme sıklığı artmıştır (Silén ve Keski-Rahkonen, 2022, s. 369). Yeme bozuklukları başlangıçta erken sanayileşmiş ülkelerde daha sık görülürken ilerleyen dönemlerde küresel bir mesele hale gelmiştir (Morkoç ve Zorlu, 2022, s. 122).

Yeme bozukluklarına ilişkin 94 çalışmanın verilerini raporlayan Galmiche ve arkadaşları (2019, s. 1402), yeme bozuklukları ağırlıklı ortalamasının kadınlarda %5,7 (%0,9–13,5) erkeklerde %2,2 (%0,2–7,3) olduğu belirtmektedir. Kıta bazında yeme bozukluğu görülme sıklığında ağırlıklı ortalamaların sırasıyla Amerika'da %4.6 (%2.0–13.5) Asya'da %3,5 (%0.6–7.8) ve Avrupa'da %2,2 (%0.2– 13.1) olduğu görülmektedir. Yeme bozuklukları tıbbi kategoriler temelinde ele alınırken arka planda modern topluma ilişkin faktörlerin etkili olduğu

görülmektedir. Yeme bozukluklarının, bedenin şekil alabilen ve 'ideal' olana göre yönetilebilen bir meta olduğu fikrini temel alan, Batı menşeli güzellik ideallerini dünya genelinde dolaşıma sokan medya , moda, diyet ve spor endüstrileri ile ilişkili olduğu görülmektedir (Pike ve Dunne, 2015, s. 1-2, 9). Türkiye de yeme bozukluklarının benzer sıklıkta görüldüğü ülkelerden biridir.

Bozulmuş yeme davranışını belirlemede EAT-40 testi kullanılmaktadır. Yeme bozukluğu teşhisi klinik inceleme sonucunda gerçekleşmektedir. Ankara'da üniversite öğrencileri üzerine gerçekleştirilen EAT-40 temelli bir çalışmada, yeme bozukluğu görülme sıklığının %22,8 olduğu görülmektedir (Şanlıer, Yabancı ve Alyakut, 2008, s. 643). Ünal ve arkadaşlarının (2017, s. 3517), Eskişehir'de lise öğrencileri üzerine gerçekleştirdiği araştırma, öğrencilerin %13'ünün yeme bozukluğu şüphesi taşıdığını göstermektedir. Tozun ve arkadaşları (2010, s. 194) tarafından gerçekleştirilen, Türkiye'nin Batısında bulunan bir ildeki üniversite öğrencileri üzerine bir çalışmada, yeme bozukluğu görülme sıklığı %6,8 olarak belirlenmiştir. Vardar ve Erzengin (2011, s. 5) tarafından Edirne ilinde bulunan 10. ve 11. sınıf öğrencileri üzerine gerçekleştirilen bir başka çalışmada, 2. aşama klinik muayene sonucu öğrencilerin %2,33'ünde yeme bozukluğu teşhis edilmiştir. Bingöl'de bulunan bir üniversitede gerçekleştirilen çalışmada, öğrencilerin %20,8'inde yeme davranışı bozukluğu olduğu anlaşılmıştır (Sarıdağ-Devran ve Kızıltan, 2018, s. 58)

Yeme bozuklukları ilk olarak erken sanayileşmiş, kapitalistleşmiş Batı ülkelerinde görünür olmuş, sonrasında dünya genelinde görülme sıklığının artışı söz konusu olmuştur. Farklı ülkelerde gerçekleştirilmiş çalışmalar, Batı'nın ideal beden algısının, beslenme anlayışının diğer ülkelere yayılması ve aynı zamanda küresel gıda endüstrisinin işleyişinin yeme bozukluklarının görülme sıklığının artışında etkili olduğunu göstermektedir. Hindistan'da yeme bozukluklarının görülme sıklığı 1990-2016 yılları arasında artış gösterirken Tayvan'da 2001-2012 yılları arasında anoreksi nervoza görülme oranı iki katına, bulimia nervoza ise üç katına çıkmıştır. Kuveyt'te üniversitede öğrenim gören kadınlar arasında gerçekleştirilmiş bir çalışma yeme bozukluğunun Batı medyası kaynaklı mesajlara maruz kalma ve Batı tipi beslenme anlayışının yaygınlaşması ile ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Gorrell ve diğerleri, 2020, s. 3-4).

Dünya genelinde anoreksi nervozanın en az görüldüğü ülkeler Afrika ve Latin Amerika ülkeleri iken ABD'deki Latin asıllı kişiler arasında da bozukluğun görülme sıklığı düşüktür. Bu durum sosyo-ekonomik durumun yanında yerel kültürel değerlerin egemenliği ile de açıklanmaktadır. Latin asıllı Amerikalıların ABD'deki diğer gruplara göre daha az diyet ve egzersiz yaptığı ve daha az kilo kaygısı taşıdığı görülmektedir (Hoek, 2016, s. 337). İdeal beden kültürel olarak

tanımlanan bir sosyal kategori iken küreselleşme süreci ülkelerin kültürlerine nüfuz eden Batı menşeli bir güzellik algısı ile ilişkilendirilebilir. Bu durumun söz konusu olduğu Japonya’da küresel gıda piyasası işleyişinin etkilerini görmek de mümkündür.

Küresel gıda endüstrisinin işleyişi ile Batı tipi güzellik anlayışının küreselleşmesinin, Japonya’da geçmiş dönemlerde bir güzellik kriteri olarak görülme-yen zayıflığın bir ideal haline gelmesinde etkili olduğu görülmektedir. 1963-2004 yılları arasında Japonya’da görülen yeme bozukluklarına ilişkin bir çalışma, bozuklukların yıllar içinde artışına işaret ederken, 1960’lı yıllarda görülen kaçınan yemek alımının, şişmanlık fobisi ile ilişkili olmadığı görülmüştür. Özellikle 1960’lı yıllarda ülkede gıda tedariki kısıtlıdır. Sonraki yıllarda ise bu durum değişmiş 1970’ler itibariyle az yağlı Japon yemeklerinden çok yağlı Batı tipi beslenmeye geçiş ve 1985 sonrasında 24 saat açık yiyecek otomatlarının kullanıma girmesi ile yeme bozukluğu görülme sıklığında artış paralel bir şekilde gerçekleşmiştir. Tıkınırcasına yeme ve çıkarma davranışının ilk olarak 1970’lerin ortası itibariyle görülmüş olması, beslenme tipindeki değişim ve endüstriyelleyen gıda piyasası ile ilişkili görülmektedir (Nakai ve diğerleri, 2018, s. 956-957).

Gıda günümüzde kar maksimizasyonu temelli işleyen bir piyasanın ürünü halindedir. Küresel gıda ve tarım endüstrisi 2020 yılında 8,7 trilyon dolar büyüklüğündedir ve küresel yiyecek ve içecek endüstrisinin 2027 yılında 105 milyar dolara ulaşması beklenmektedir (Worldmetrics, y.y.). Bu piyasanın temel bir parçası olan fast-food endüstrisinde üretilen besinlerin içeriğinde bol miktarda bulunan yağ, tuz ve şeker, iştah artırıcı bazı katkı maddeleri ve “bazı hormonların salgılanmasında düzensizlik yaratan kimyasal maddeler içermesi gibi” etkenler, bu ürünlerin sağlıksız addedilmesinde etkili olmaktadır (Keklik, 2023, s. 69). Birçok fast-food firmasının menşei olan ABD’de fast-food tüketiminin, yoksulluk ile bağlantılı bir şekilde arttığı görülmekte, yoksulluk ve obezite arasında bir ilişki ortaya çıkmaktadır (Gorrell ve diğerleri, 2020, s. 5).

Fast food ürünlerin ve abur cubur gıdaların beyindeki haz sinyali ileticilerini harekete geçirerek uyarıcı bir etki yarattığı bilinmektedir. Gıda endüstrisi, insan biyolojisine ilişkin bu bilgileri göz önünde bulundurarak, bağımlılık yaratıcı besin üretimi üzerinde araştırma ve geliştirme çalışmaları gerçekleştirmektedir. Böylece meta haline gelen gıda maddeleri, gıda ve tarım ürünlerinin daha fazla satılması ve daha çok kâr elde edilmesi mümkün olmaktadır (Keklik, 2023, s. 66-67). Reklamlar ya da uzman görüşleri temelinde gıda endüstrisi “... atıştırmalıkları teşvik etmekte, ücretsiz olan suyun yerine içecekleri geçirmekte, tatlıyı bir ‘ödül’ olarak sunmakta ve kadınları ve çocukları yüksek düzeyde işlenmiş gıdaların yapay bir şekilde gösterişli görüntüleri ile

bombardımana tutmaktadır” (Silverstein'den aktaran Hesse-Biber vd., 2006, s. 232). Battle ve Brownell (1996, s. 761), McDonald's firmasının, ABD'de herhangi bir bireyin restoranlarından dört dakikadan uzak mesafede yaşamasını engelleyecek şekilde şube açma hedefi taşıdığını, yine ABD'de bir çocuğun ortalama olarak bir yılda, %95'i şekerleme, fast food gibi yiyecekler üzerine olan on bin yiyecek reklamına maruz kaldığını belirtmektedir.

Yüksek kalorili ve bağımlılık yapan gıdaların yanında diyet gıdalar da gıda endüstrisinde önemli bir kazanç alanıdır. Geçtiğimiz 30 yılda düşük yağ oranına sahip şeker, trans yağ ve katkı maddesi eklenmiş gıdaların 'sağlıklı' yiyecek seçenekleri olarak pazarlanması söz konusu olmuştur. Şeker ve mısırdan ve tahıllardan elde edilen karbonhidratın, protein ve yağlara göre daha düşük maliyetli olması, gıda endüstrisinde kâr marjını yükseltmenin yöntemlerinden biri olarak kullanılmıştır (Ayton ve Ibrahim, 2020, s. 581). Diyet gıdaların yağ oranı ve kalorisi ile birlikte besleyiciliği de düşüktür. Diyet yapmanın kendisinin de yeme bozukluğu gelişimi ile ilişkili olduğunu gösteren birçok çalışma bulunmaktadır (Tenore, 2001, s. 2). Sarvanada (2020, s. 7), ergenlik döneminde ortaya çıkan yeme bozukluklarına etki eden faktörlerden birinin kişinin arkadaş çevresinde diyet yapan gençlerin sayısı ve diyet yapmaya yönelik baskı olduğunu dile getirmektedir.

Yeme bozukluklarının aynı anda hem gıdaya erişimin artışı hem de gıda güvencesizliği ile ilişkili olduğu görülmektedir. Gıda güvencesi, herkesin aktif ve hareketli bir hayat yaşamak için gerekli, yeterli, güvenli ve besleyici gıdaya erişiminin olması anlamına gelirken gıda güvencesizliği nitel ve nicel anlamda gerekli gıdaya erişimden yoksun olma anlamına gelmektedir. ABD'de San Antonio'da bulunan bir aşevinde 503 katılımcı ile gerçekleştirilmiş çalışmada, gıda güvencesizliğinin, yeme bozukluğu ile ilişkili olduğu görülmüştür. Özellikle yeme bozukluğu en yüksek oranda (%17), gıda güvencesizliğinin en üst boyutu olan, evdeki çocuklarının aç olduğunu belirten kişilerde görülmüştür (Becker vd., 2017). Gıda güvencesizliğinin temel nedeni olan yoksulluk, gazlı içecek ve fastfood tüketimi gibi sağlıksız beslenme pratikleri ile ilişkilidir (Becerra, Hassija ve Becerra, 2017).

Yeme bozuklukları büyük ölçüde kadınlarda görülmektedir. Bu durum kadınlığın inşası ve yemek yemenin kontrolü arasındaki bağlantıya işaret etmektedir. Bu bağlamda kadın bedeninin kontrolü ve yeme bozuklukları arasındaki ilişki ele alınmalıdır.

Kadın Bedeninin Kontrolü ve Yeme Bozuklukları

Yeme bozukluklarının büyük ölçüde kadınları etkileyen bir sorun olduğu görülmektedir. Yeme bozukluğu teşhisi alan kişilerin %90 ila 95 arasında kadın olduğu görülmektedir (Hesse-Biber ve diğerleri, 2006, s. 216). Tıp literatüründe yeme bozukluğu olarak tanımlanan durumların yeme davranışı üzerindeki 'kontrol' ile ilişkili olması söz konusudur. Anoreksi durumunda yeme davranışı nihai olarak üst seviyelerde kontrol altında tutulurken bulimia kontrolün yitilmesi durumu ile ilişkilidir (Bray vd., s. 1, 2022). Temelinde kontrol olgusunu barındıran ve 'anormal' olarak tanımlanan böylesi yeme davranışları ile kadın bedeninin sosyal kontrolü arasında ilişki olduğu öne sürülmektedir. Biyoiktidarın yönetsellik teknolojilerinden biri olan tıbbileştirme kadın bedeninin kontrol altına alınma mekanizmalarından biridir.

Farklı çalışmalar kadın bedeninin, erkek bedenine kıyasla nasıl daha fazla oranda tıbbileştirildiğini ele almıştır. Tıbbileştirilen durumlar arasında hamilelik, doğum, emzirme, doğum kontrol, adet öncesi menstrüel sendrom, fetal alkol sendromu, yeme bozuklukları yer almaktadır (Conrad, 2007, s. 120). Kadın bedeni özellikle üreme işlevleri söz konusu olduğunda, tıbbi gözetim altına alınmakta, yeni üreme teknolojileri yoluyla, 'üretici' potansiyeli genişletilmektedir (Bunton ve Peterson, 2002, s. 6). Tüp bebek, rahim içi tohumlama ve yumurta dondurma gibi yeni üreme teknolojileri temelinde ortaya çıkan 'anormallik' temelli tıbbi söylem, kadın bedenini düzeltilmesi gerekli olan bir hasta beden olarak konumlanmaktadır. Kadın bedeni üreme işlevleri temelinde tıbbileştirilmesinin yanında dış beden yani benlik imgesi (Turner, 2011, s. 35) üzerinden de gözetim altına girmekte ve 'ideal' beden imgeleri temelinde ortaya çıkan normalleştirme söylemleri üzerinden kontrol altına alınmaktadır.

Kadın bedeninin zayıflık ideali yoluyla kontrolü günümüzde kozmetik, güzellik, diyet gibi birçok piyasa alanını içinde barındıran kapitalist çıkarlar ve kadınların bir "süs" objeye indirgenmesi ve erkek otoritesine tabi kalınması gibi durumları yaratan ataerkil bakış açısının kesişimi temelinde ortaya çıkmaktadır (Hesse-bieber, 1991, s. 175). Kadın bedeni 'ideal' beden imgelerinin baskısı altında kontrol altına alınmakta ve bu anlamda kapitalizmde kadın bedeni biyoiktidarın işlediği bir alan olmaktadır. Günümüzde 'kadınlığı' tanımlayan bilgi/iktidar teknolojileri, kadın bedeninin tahakküm altına alınması "bedenin boyutu ve hatlarının görünümü, iştahı, postürü... ve görünür yanlarının her birinin kontrolü" üzerine kurulmaktadır (Bartky, 2014, s. 148).

Kadınların, zayıflıkla ve fiziksel görünüşleri ile ilgili 'ideallere' ulaşması yolunda işlerlik kazanan diyet ve egzersiz yoluyla bedenin kontrolü mekanizmaları kapitalizmde "kendi kendini denetleyen ve disipline eden 'uyasal

bedenlerin' üretimini güvence altına alan bir normleştirme teknolojisidir (Bordo, 1995, s. 186). İdeal güzellik anlayışı gerçekte var olmayan bir güzellik üzerine kuruludur ve bu ulaşılmaz olana yönelik arzu hiçbir zaman tatmin edilemeyecek bir arzu olarak sosyal kontrolün kaynağıdır. Bedeni belirli bir forma sokmaya yönelik takıntı, 'cinsiyetlendirilmiş bir sosyal kontrol' türü olarak kişinin kendi üzerinde uyguladığı bir kontroldür (Hesse-Biber ve diğerleri, 2006, s. 212). Burada kadın bedeni üzerindeki kontrol geçmişteki korse örneğinde görülen dışsal kontrolden farklı olarak içsel bir kontroldür (Hesse-bieber, 1991, s. 177). Bu içsel kontrol Foucault'nun yönetimsellik kavramı temelinde ele alındığında biyoiktidarın işlerlik kazandığı, başkaları üzerinde hakimiyet kurma ve kendini biçimlendirme tekniklerinin kesişiminde yer almaktadır.

Şavran ve Toprak (2023, ss. 15 ,8, 24), Susan Bordo'nun kavramsal çerçevesi üzerinden anoreksi üzerine yoğunlaşmakta ve anoreksinin bir "Kendine hâkim olma, kendini aşma, uzmanlık, üstün irade, kontrol ve bu sayede başkaları üzerinde güç elde etme" tekniği olduğunu ortaya koymaktadır. Genelde dış çevreden gelen bedene yönelik olumsuz bir dönütle girilen ilk diyet sonrası kadın, kültürel alanda 'erkeksi' olarak kodlanan "irade ve özdenetim gücüne" erişmenin yolunu görmektedir. Batı kültüründe incelik özdenetim ve zekâ ile kadınsı kıvrımlar da "saf bir yavanlıkla" eş tutulmaktadır. Zayıflamak, toplumda üst konumda olan "erkek özneye benzemeye yönelik bir araçtır". Bu anlamda yeme bozuklukları temelinde yer alan 'kontrol' olgusu biyoiktidarın işleyişine ilişkin ipuçları barındırırken böylesi yeme durumlarının bireysel patolojiye indirgenmesi, tıbbi terimlerle ele alınması-yani tıbbileştirilmesi de- sosyal bağlamdan soyutlanıp, onu yeniden üreten mekanizmaların görünmez olmasına sebep olabilmektedir. Sosyal medya günümüzde 'patolojik' görülebilecek yeme durumlarının sunumu için gerekli ortamı inşa eden sosyal teknolojilerden biri olarak görülebilir.

Sosyal Medyada Yemeğin ve Yemek Yemenin Sunumu: #foodporn, ASMR Ve Mukbang

Sosyal medya kullanımı da yeme bozukluğu gelişimindeki etkenlerden biridir. Çin'de yapılan bir araştırma, ekran süresindeki her bir saatlik artışın tıknırcasına yeme davranışı geliştirme ihtimalini büyük ölçüde artırdığını göstermektedir. Avustralya'da gerçekleştirilen bir başka çalışmada sosyal medyada fotoğraf paylaşımı yapma konusunda daha istekli olan ergenlerde yeme bozukluğu gelişimi ihtimalinin arttığını ortaya koymaktadır (Bray vd., 2022, s. 6243). Sosyal medyada üretilen içeriklerin de yeme bozuklukları ile ilişkili olduğu görülmektedir. Mukbang videosu izleme ve yeme bozuklukları arasındaki ilişki üzerine gerçekleştirilmiş bir çalışma, tıknırcasına yeme ve çıkarma bozukluğu

olan kişilerde sorunlu mukbang izleme davranışının daha yüksek olduğunu göstermektedir (von Ash vd., 2023, s. 1194). Bu bağlamda sosyal medyada öne çıkan yemek içeriği türlerine değinilecektir.

Dijitalleşmenin etkisiyle yiyeceklerin üretim ve tedariki, bu yiyeceklerin hazırlanması ve sunumundan tüketimine kadarki sürece dair görüntüler sosyal medyada paylaşılarak bir içerik ürünü, televizyon programlarında tartışma konusu ve farklı yönlerde inceleme alanına dâhil olmaktadır. Bir yeme-içme mekânına gidildiğinde artık yemeğin tadına bakılmadan önce yenilen ve içilen şeyler sosyal medyada paylaşılacak üzere görüntüsü alınmaktadır. Son yıllarda sosyal medya hesaplarında bu paylaşımlar yapılırken “#foodporn” etiketi kullanılmaktadır. ‘Foodporn’ etiketi gibi ona eşlik eden diğer etiketler; ‘#instafood’, ‘#foodgasm’, ‘#foodpornshare’, ‘#foodlover’ veya ‘#foodphotography’ dir (Yıldırım ve Doğan, 2022, s. 92).

Yemek pornografisi anlamına gelen “foodporn” kavramı ilk kez 1977 yılında Alexander Cockburn tarafından *The New York Review of Books* adlı makalesinde kullanılmıştır. Kavram bu makalede yemek tariflerinin renkli bir şekilde paylaşılması ve bu bağlamda heyecan ve ulaşılmazlık duygularının yükseltilmesi anlamına gelecek şekilde kullanılmıştır. Pornografi kavramı aşırı, ölçüsüz ve sınırsız her türlü şeyi tanımlarken kullanılan bir kavram olduğu için yemeklerin hazırlanma sürecinden tüketilme sürecine kadar olan aşamalar bu özellikleri taşıdığı anda yemek pornografisi kavramı kullanılmaktadır (Çetin, 2022, s. 523–524). Bu etiketin kullanıldığı videolardaki abartılı görüntüler ve betimlemeler arzuları uyandırmaya yöneliktir.

Sosyal medya trendlerinden bir diğeri olan ASMR (Autonomous sensory meridian response; otonom duyuşal meridyen tepki) ilk kez 2009 yılında Maria adında bir YouTube kullanıcısının kanalında rahatlatıcı olduğunu düşündüğü sesleri videolar şeklinde paylaşmasıyla ortaya çıkmıştır. Fısıltı sesi özelliğine sahip videolara olan ilgi giderek artmış sonradan sabun kesme, slime ile oynama, tırnak sesi ve mukbang benzeri ASMR videoları paylaşılmaya başlanmıştır. 2010 yılında ilk kez Jennifer Allen’ in tanımladığı ASMR kavramı bu şekilde tanımlanmadan önce beyin orgazmı, kafa karıncalanması, abartılı aşırı bir mutluluk/coşkulu duygu olarak tanımlandığı bilinmektedir. Mukbang kavramı ASMR videoları ile içerik olarak benzerlik gösterse de aslından bu iki içerik türü birbirinden farklıdır. ASMR videolarında hiç konuşma yoktur ve yemek yerken çıkarılan sesler, görseller ve doku kalitesi gibi estetiğe dayalı noktalar ön plandadır. Mukbang esnasında ise yemek yerken sesli bir şekilde konuşulur hatta kullanıcılar hayatlarında olup bitenleri sohbet havasında izleyicilerine

anlatmaktadır. Bu sayede de izleyiciler içerik üreticisini yakından tanıyarak yemek yerken izleyebilmektelerdir (Doğan ve Yaman, 2022, s. 3057).

Mukbang videolarının yakın dönemde Japonya'da ortaya çıktığı 2009 yılı itibariyle Kore'ye yayıldığı ve burada popüler hale geldiği bilinmektedir (Kim, 2020, s. 4). Mukbang, Korece yemek ve yayın kelimelerinin birleşiminden türetilmiştir. Videoların Güney Kore'de yaygınlık kazanmasının temel sebebinin, yalnız yaşayan kişilerden oluşan hane sayısının artışı ve ülkenin geleneksel kültürel kodlarından biri olan birlikte yemek yeme kültürünün ortadan kalkması yani yalnızlaşma olduğu öne sürülmektedir. Mukbang videoları ilk olarak yemek yiyen bir kişinin izleyicilerle sohbet ettiği yayınlar olarak ortaya çıksa da gün geçtikçe içeriklerin aşırı yeme ya da 'garip şeyler yeme' gibi davranışları kapsayacak şekilde değiştiği ve böylesi içeriklerin popülerleştiği görülmektedir (Kang vd., 2020, s. 2238).

Kim (2020, ss. 2, 11) bu tür videolar için "şehvi/bedensel videolar" şeklinde bir kavram kullanmakta, bu videoların kapitalizmin duygulanım yaratma aşamasına karşılık geldiğini öne sürmektedir. İnsanların en temel dürtüleri cinsellik ve yemek alanları ile ilişkilidir ve bu iki alandan yemek yeme sosyal alanda çok daha kabul edilebilir bir davranıştır. Günümüzde yaşam bir çalışma alanı haline gelmekte, yemek yeme gibi en yaşamsal faaliyetler de bir biyo-emek türü olarak sosyal medya içeriklerinde dolaşıma sokulmaktadır. Foucaultcu anlamda "yaşam, toplumsal normlara uygun olarak 'özgür' vatandaşlar üzerinde ve 'özgür' vatandaşların kendileri üzerinde uyguladığı yönetimselliğin nesnesi haline gelir". Biyoiktidar, öz disipline ve kontrole sahip 'doğru' yiyecek seçimleri yapan öznenin inşasında işlerlik kazanırken (Oliver ve diğerleri, 2017, s. 162) aynı zamanda kapitalizmde öznenin tüketici olarak arzulanması gerekli olan şeyleri arzular hale de gelmesini sağlamaktadır. Piyasanın işleyişi, duyum ve heyecan yaratma üzerine kurulmaktadır. Günümüzde kapitalizm ve yaşam birbirinden ayrılmaz hale gelmiştir. Tüketicinin üretici olduğu bu aşamada, reklam sosyalliğinin bir parçası haline gelmekte ve bireylerin duygulanım kapasiteleri işe koşulmaktadır (Anderson, 2012, s. 33).

Mukbang videoları milyonlarca izlenme sayısı alarak fast-food (hızlı-yemek) zincirlerinin de içerik pazarlama alanı haline gelmiştir (Keskin ve Kömür, 2022, s. 121). Youtube'da izlenme oranı 100 milyona ulaşan mukbang videolarının var olduğu görülmektedir. Bu durum da gıda firmalarının bu alana yönelik ilgilerinin artmasına sebep olmakta, firmalar için yemek yemenin böylesi sunumları, kar potansiyeli barındıran içerikler olarak görülmektedir. Farklı platformlarda yer alan canlı mukbang yayınları, gıda firmaları sponsorluğunda

gerçekleştirilmekte, canlı yayınlar üzerinden yeni bir gıda tüketim alanı ortaya çıkmaktadır (Lee ve Wan, 2023, ss. 198-199).

Sosyal medyanın kendisi yeme bozuklukları ile ilişkilendirilirken, sosyal medyada yemeğin sunumu, günümüzün 'biyo-kapitalizmde' (Peters ve Venkatesan, 2010, s. 101) yaşamsal faaliyetlerin piyasa işleyişine katkıda bulunacak birer potansiyele dönüştüğü bir alan haline gelmektedir. Yakın dönemde Tik Tok platformunda büyük porsiyonlarda yediği yemekler üzerine videolar paylaşan 24 yaşındaki Türkiye'den bir influencer, yaşamını yitirmiştir (Galvin, 2025). Bu bağlamda, tıbbi bir perspektiften 'anormal' olarak görülecek yeme davranışlarının, sosyal medyada birer performans olarak sergilenmekte ve tüketilmekte, kar maksimizasyonu için araçsallaşmakta olduğu söylenebilir.

Sonuç

Busfield (2017, s. 770), şişmanlığın tıbbileştirilmesi ile obezite olarak ele alınan ve gün geçtikçe yeni tıbbi müdahaleler ile kontrol altına alınmaya çalışılan bu durumun dünya genelinde görülme sıklığının artışı arasında bir ilişki olduğunu dile getirmektedir. Diğer bir deyişle, bir sosyal kategori artan oranda tıbbi terimlerle ele alındığında bireyselleştirilmekte, patolojikleştirilmekte ve onu yaratan sosyo-kültürel ortamdan soyutlanmaktadır. Bu durum da ele alınan sosyal kategorinin anlamlandırılmasını ve bu durumdan mustarip olanların çözüm bulmasını zorlaştırmaktadır. Yazar bu durumu siyaseten, bireyleri kendi durumlarından sorumlu görmenin, o durumu yaratan, örnek olarak sağlıksız gıda üreten firmalar gibi tarafları sorumlu tutmaktan daha kolay oluşuna bağlamaktadır.

Bu çalışma böylesi bir anlayış temelinde tıbbi kategoriler olarak ele alınan yeme bozukluklarına ilişkin sosyolojik bir çerçeve sunmayı hedeflemiştir. Çalışma kapsamında Foucault'nun biyoiktidar, yönetimsellik kavramları ele alınmış ve sosyal olarak inşa edilen bir kategori olarak yemek yemenin tarih boyunca nasıl kontrol altına alındığına kısaca değinilmiştir. Temel yeme bozuklukları tanımlanmış ve bu bozuklukların tıbbileştirilmesi ile birlikte dünya genelinde görülme sıklığındaki artışa değinilmiştir. Bu durum, küreselleşme ve Batı menşeli bir güzellik anlayışının dünya geneline yayılması ve küresel gıda endüstrisinin gelişimi ile ilişkilendirilmiştir. Yeme bozuklukları ayrıca diyet endüstrinin işleyişi ve gıda güvencesizliği gibi toplumsal gelişmelerle ilişkilendirilmiştir. Çalışma kapsamında daha çok kadınları etkileyen yeme bozuklukları, kadın bedeninin sosyal kontrolü temelinde de ele alınmıştır. Yeme bozuklukları ayrıca sosyal medya kullanımı, sosyal medyada yemeğin sunumu ve biyo-kapitalizmde duygulanımın piyasa karşılığı olarak ele alınan mukbang videoları ile

ilişkilendirilmiştir. Özellikle ergenleri etkileyen yeme bozukluklarının ilerleyen dönemlerde de önemli bir sorun olacağı öngörülmektedir. Bu bağlamda bu bozuklukları çevreleyen toplumsal gerçeklik anlamlandırılmaya çalışılmıştır.

Çıkar Çatışması Bildirimi: Yazarlar, çıkar çatışması bildirmemiştir.

Ek Beyan: Çalışmaya 1. yazar %60, 2. yazar %40 oranında katkı sağlamıştır.

Kaynakça

- Aksoy, S. (2017). Değişen Teknolojiler ve Endüstri 4.0: Endüstri 4.0'ı Anlamaya Dair Bir Giriş. *Sav Katkı*, 4, 34-44.
- Anderson, B. (2012). Affect and biopower: towards a politics of life. *Transactions of the institute of British geographers*, 37(1), 28–43.
- Arpacı, M. (2016). Foucault, Biyopolitika ve Biyotarih: Tarihsel Çalışma Alanları Olarak Tıp, Beden ve Nüfus. *ViraVerita E-Dergi*, (3), 80-97.
- Atalay, S. (2021). Neoliberal Yönetimsellik ve Performansın Tıbbileştirilmesi Bağlamında Ekşi Sözlük'te Ritalin Tartışmaları. *Sosyoloji Dergisi*, (41–42), 187–216.
- Atalay, S. (2022). 'The ones who die are lost and the survivors are what we have': neoliberal governmentality and the governance of Covid-19 risk in social media posts in Turkey. *Health, Risk and Society*, 24(3–4), 127–148.
- Aytaç, H. M. ve Hocaoglu, Ç. (2016). Bulimiya Nervoza ile Birlikte Yaşamak: Bir Vaka Sunumu. *Journal of Mood Disorders*, 6(3), 158-63.
- Ayton, A. ve Ibrahim, A. (2020). The Western diet :a blind spot of eating disorder research?— a narrative review and recommendations for treatment and research. *Nutrition Reviews*, 78(7), 579–596. doi:10.1093/nutrit/nuz089
- Barbee, H., Moloney, M. E. ve Konrad, T. R. (2018). Selling slumber: American neoliberalism and the medicalization of sleeplessness. *Sociology Compass*, 12(10), 1–16.
- Bartky, S. L. (2014). Foucault, femininity, and the modernization of patriarchal power. *Feminist social thought* içinde (ss. 92–111). Routledge.
- Baştürk, E. (2012). Michel Foucault'da Liberalizm Eleştirisi: İktidar, Yönetimsellik ve Güvenlik. *FLSF Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, (14), 65-78.
- Becerra, M. B., Hassija, C. M. ve Becerra, B. J. (2017). Food insecurity is associated with unhealthy dietary practices among US veterans in California. *Public Health Nutrition*, 20(14), 2569–2576.
- Becker, C. B., Middlemass, K., Taylor, B., Johnson, C. ve Gomez, F. (2017). Food insecurity and eating disorder pathology. *International Journal of Eating Disorders*, 50(9), 1031–1040.

Bordo, S. (1995). *Unbearable Weight, Feminism, Western Culture, and the Body*. Berkeley and Los Angeles: University of California Press.

Bray, B., Bray, C., Bradley, R. ve Zwickey, H. (2022). Mental health aspects of binge eating disorder: A cross-sectional mixed-methods study of binge eating disorder experts' perspectives. *Frontiers in Psychiatry*, 13

Bunton, R., & Petersen, A. (2002). Introduction: Foucault's Medicine. R. Bunton ve A. Peterson (Ed.). *Foucault, health and medicine* içinde (ss. 1-11). Londra ve New York: Routledge.

Busfield, J. (2017). The concept of medicalisation reassessed. *Sociology of Health and Illness*, 39(5), 759–774.

Conrad, P. (1992). Medicalization and Social Control. *Annual Review of Sociology*, 18, 209–232.

Conrad, P. (2007). *The Medicalization of Society: On The Transformation of Human Conditions Into Treatable Disorders*. Baltimore: The John Hopkins University Press.

Çetin, A. (2022). Yemeğin "Sıradışı" Gösterisi: Bazı Instagram İçerikleri Üzerine Sosyolojik Bir Değerlendirme, *Turkish Studies*. 17(4), 517–532.

Davis, J. E. (2010). Medicalization, Social Control, and the Relief of Suffering. W. A. Cockerham (Ed.), *The New Blackwell Companion to Medical Sociology* içinde (ss. 211–241). Singapore: Blackwell Publishing.

Demirer, B. ve Yardımcı, H. (2020). Güncel DSM-V Kılavuzuna Göre Yeme Bozukluklarının İncelenmesi. *Sağlık Bilimlerinde Multidisipliner Araştırmalar*, 275.

Dingwall, R. (2008). Peter Conrad, The Medicalization of Society: On the Transformation of Human Conditions into Treatable Disorders. *Society*, 45(4)

Doğan, E. ve Yaman, M. (2022). Üniversite öğrencilerinin YouTube' da ASMR yemek içeriği izleme deneyimleri ve yeme davranışlarına etkisi. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 10(4), 3055–3076.

Douglas, M. (2021). *Saflık ve Tehlike: Kirlilik ve Tabu Kavramlarının Bir Çözümlemesi*. (çev. E. Ayhan) İstanbul: Metis Yayınları

Eren, E. ve Özer, İ. (2018). Eski Anadolu toplumlarında beslenme alışkanlıkları. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2(Ek1), 308-323.

Ersoy, G. (1991). Yeme davranışı bozuklukları anoreksiya ve bulimia nevroza. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 20(1), 95-106.

Ferreira, F. R., Prado, S. D., Carvalho, M. C. da V. S., & Kraemer, F. B. (2015). Biopower and biopolitics in the field of food and nutrition. *Revista de Nutricao*, 28(1), 109–119.

Foucault, M. (1992). *Hapishanenin Doğuşu*. (M. Kılıçbay, Ed.). Ankara: İmge Kitabevi.

Foucault, M. (2006). *Kliniğin Doğuşu*. Ankara: Epos Yayınları.

Foucault, M. (2007). *Cinselliğin Tarihi*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

Foucault, M. (2009). *Security, territory, population: lectures at the Collège de France, 1977-78*. New York: Picador

Foucault, M. (2020). İki: Kendini Biçimlendirme Teknikleri. L. H. Martin, H. Gutman ve P.

- H. Hutton (Ed.), *Kendini Bilmek: Bir Michel Foucault Semineri* içinde (ss. 26–66). İstanbul: Profil Kitap.
- Fox, N. J. (1998). Foucault, Foucauldians and sociology. *London School of Economics and Political Science*, 49(3), 415–433.
- Furedi, F. (2006). The End of Professional Dominance. *Society*, 43(6), 14–18. doi:10.1007/BF02698479
- Galmiche, M., Déchelotte, P., Lambert, G. ve Tavalacci, M. P. (2019). Prevalence of eating disorders over the 2000-2018 period: A systematic literature review. *American Journal of Clinical Nutrition*, 109(5), 1402–1413. doi:10.1093/ajcn/nqy342
- Galvin, S. (2025). 24-year-old 'mukbang' streamer dies from obesity-related issues: report. *New York Post*. 22 Mart 2025 tarihinde <https://nypost.com/2025/03/11/world-news/24-year-old-mukbang-tiktoker-dies-from-obesity-related-issues-report/> adresinden erişildi.
- Gordon, C. (1991). Governmental Rationality: An Introduction. G. Burchell, C. Gordon ve P. Miller (Ed.), *The Foucault Effect: Governmentality Studies* içinde (ss. 1–52). Chicago: The University of Chicago Press.
- Gorrell, S., Trainor, C., Grange, D. Le, Francisco, S., Francisco, S. ve Program, E. D. (2020). The Impact of Urbanization on Risk for Eating Disorders. *Current Opinion in Psychiatry*, 32(3), 242–247.
- Gracia Arnaiz, M. (2009). Learning to eat: Establishing dietetic normality in the treatment of eating disorders. *Food, Culture and Society*, 12(2).
- Güven, N., Özlü, T., Kenger, E., Tümer, H. ve Ergün, C. (2020). Anoreksiya Nervoza ve Tıkınırcasına Yeme Bozukluğunu Bir Yıl Ara ile Yaşamak; Olgu Sunumu. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(2), 279-281.
- Hesse-Biber, S., Leavy, P., Quinn, C. E. ve Zoino, J. (2006). The mass marketing of disordered eating and Eating Disorders: The social psychology of women, thinness and culture. *Women's Studies International Forum*, 29(2), 208–224.
- Hesse-bieber, S. (1991). Women, weight and eating disorders: A Socio-cultural and political-economic analysis. *Women's Studies International Forum*, 14(3), 173–191.
- Hoek, H. W. (2006). Anoreksiya nervoza ve diğer yeme bozukluklarının sıklığı, yaygınlığı ve mortalitesi. *Current Opinion in Psychiatry*, 2(3), 166–173.
- Hoek, H. W. (2016). Review of the worldwide epidemiology of eating disorders. *Current Opinion in Psychiatry*, 29(6), 336–339.
- Kang, E. K., Lee, J., Kim, K. H. ve Yun, Y. H. (2020). The popularity of eating broadcast: Content analysis of "mukbang" YouTube videos, media coverage, and the health impact of "mukbang" on public. *Health Informatics Journal*, 26(3), 2237–2248.
- Karadere, M. E. ve Hocaoglu, Ç. (2018). Kaçınan/Kısıtlı Yiyecek Alımı Bozukluğu Nedir? Tanı ve Tedavi Yaklaşımları. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(4), 110-118.
- Keklik, S. (2023). *Kapitalist Toplumsal İlişkiler ve Sağlıklı Olmanın Ekonomi-Politiği: Türkiye'de Obezite Örneği*. Doktora Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Keskin, S. ve Kömür, G. (2022). Kültürel Diplomaside Yeni İçerik Pazarlama Aygıtı: Otonom Duyusal Meridyen Tepkisi (ASMR). *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 2022(59), 105–127.

Kim, B. R. ve Mackert, M. (2022). Social media use and binge eating: An integrative review. *Public Health Nursing*, 39(5), 1134–1141.

Kim, Y. (2020). Eating as a transgression Multisensorial performativity in the carnal videos of mukbang (eating shows). *International Journal of Cultural Studies*, 1–16.

Kirmikil M. ve Ertaş, B. (2020). Tarım 4.0 ile Sürdürülebilir Bir Gelecek. *Icontech International Journal*, 4(1), 1-12.

Lee, D. ve Wan, C. (2023). The impact of mukbang live streaming commerce on consumers' overconsumption behavior. *Journal of Interactive Marketing*, 58(2–3), 198–221.

Lowenberg, J. S. ve Davis, F. (1994). Beyond medicalisation-demedicalisation : the case of holistic health. *Sociology of Health & Illness*, 16(5), 579–599.

Morkoç, N. ve Zorlu, A. (2023). Beslenme Modellerinin Eleştirel Söylem Analizi: Damgalanan Bedenler ve Damgalanan Gıdalar. *Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(1), 115-136.

Mulchandani, M., Shetty, N., Conrad, A., Muir, P., & Mah, B. (2021). Treatment of eating disorders in older people: a systematic review. *Systematic Reviews*, 10(1), 1–20.

Muller, B. J. (2011). Governmentality and Biopolitics. *Oxford Research Encyclopedia of International Studies*, (Jun), 1–23.

Nakai, Y., Nin, K., Noma, S., Teramukai, S., Fujikawa, K. ve Wonderlich, S. A. (2018). Changing profile of eating disorders between 1963 and 2004 in a Japanese sample. *International Journal of Eating Disorders*, 51(8), 953–958.

Oliver, I. J., Minister, P., May, T., Election, G., Rush, S. ve Fearnly-whittingstall, H. (2017). Food , media and space : The mediated biopolitics of eating. *Geoforum*, 84, 161–168.

Ourahmoune, N. (2017). Embodied transformations and food restrictions: The case of medicalized obesity. *Journal of Business Research*, 75, 192–201.

Öney, B. ve Şişman, Z. (2023). Beslenmede Güncel Bir Yaklaşım: Yeme Farkındalığı. *Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 7(2), 416–427.

Pakdemirli, B., Birişik, N., Aslan, İ., Sönmez, B. ve Gezici, M. (2021). Türk Tarımında Dijital Teknolojilerin Kullanımı ve Tarım-Gıda Zincirinde Tarım 4.0. *Toprak Su Dergisi*, 10(1), 78-87.

Pehlivan, T., Yavaş, G. ve Nassan, M. (2023). İslamiyet'te Beslenme Kültürü ve Kişilik Yapısına Etkisi. *İlahiyat Akademisi*, (17), 57-82.

Peters, M. A. ve Venkatesan, P. (2010). Biocapitalism and the Politics of Life. *Geopolitics, History, and International Relations*, 2(2), 100–122.

Pike, K. M., ve Dunne, P. E. (2015). The rise of eating disorders in Asia: A review. *Journal of Eating Disorders*, 3(1), 1–14.

Sarıdağ-Devran, B., ve Kızıltan, G. (2018). Doğu Anadolu bölgesinde yaşayan adölesan ve yetişkinlerin beslenme alışkanlıkları ile yeme tutum ve davranışlarının belirlenmesi.

Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 2(1), 47–60.

Sarvananda, L. (2020). A Review of Causing Factors of Sociology Food: Eating Disorder. *International Journal of Celiac Disease*, 8(1), 5–9. doi:10.12691/ijcd-8-1-2

Selimoğlu, E., Bektaş, Y., Özkoçak, V. ve Gültekin, T. (2018). Beslenme Şeklinin Zaman İçindeki Tarihsel Yolculuğu. *SETSCI-içinde Conference Proceedings* (Vol. 3, pp. 390-398).

Silén, Y. ve Keski-Rahkonen, A. (2022). Worldwide prevalence of DSM-5 eating disorders among young people. *Current Opinion in Psychiatry*, 35(6), 362–371.

Solmaz, Y. ve Altınar, D. D. (2018). Türk Mutfak Kültürü ve Beslenme Alışkanlıkları Üzerine Bir Değerlendirme. *Safran Kültür ve Turizm Araştırmaları Dergisi*, 1(3), 108-124.

Şanlıer, N., Yabancı, N. ve Alyakut, Ö. (2008). An evaluation of eating disorders among a group of Turkish university students. *Appetite*, 51(3), 641–645.

Şavran, T. G. ve Zaman, A. (2023). Feminist Bir Protesto Olabilir Mi ? Anorektiklere Göre Anoreksinin Anlamı Üzerine Sosyolojik Bir Çalışma, *Fe Dergi*, 15 (1), 10–38.

Tenore, J. L. (2001). Challenges in eating disorders: Past and present. *American Family Physician*, 64(3), 367–368.

Timurturkan, M. (2020). Biyoiktidar, Beslenme ve Annelik: Emzirmenin Kültürel ve Politik Görünümleri. *İstanbul Üniversitesi Sosyoloji Dergisi*, 40(1), 219-248.

Tozun, M., Unsal, A., Ayrancı, U. ve Arslan, G. (2010). Prevalence of disordered eating and its impact on quality of life among a group of college students in a province of west Turkey. *Salud Publica de Mexico*, 52(3), 190–198.

Turan, Ş., Poyraz, C. A. ve Özdemir, A. (2015). Tıkınırcasına Yeme Bozukluğu. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7(4), 419-435.

Turner, B. S. (1982a). The Discourse of Diet. *Theory Culture ... Society*, 1(1), 23–32.

Turner, B. S. (1982b). The Government of the Body: Medical Regimens and the Rationalization of Diet, *The British Journal of Sociology*, 33(2), 254–269.

Turner, B. S. (2011). *Tıbbi Güç ve Toplumsal Bilgi*. (Ü. Çev. Tatlıcan, Ed.). Bursa: Sentez Yayıncılık.

Ünal, E., Aydın, R., Gökler, M. E. ve Ünsal, A. (2017). Eating disorders and anxiety among high school students in Western area of Turkey. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 4(8), 3513–3520.

Üzülmez, M. ve Onur, M. (2021). Osmaniye Mutfak Kültüründe Yer Alan Yemek Ritüelleri Üzerine Bir Araştırma, *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 5(2): 1349-1368.

Vardar, E. ve Erzengin, M. (2011). The prevalence of eating disorders (EDs) and comorbid psychiatric disorders in adolescents: A two-stage community-based study. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(4), 1–7.

von Ash, T., Huynh, R., Deng, C. ve White, M. A. (2023). Associations between mukbang viewing and disordered eating behaviors. *International Journal of Eating Disorders*, 56(6), 1188–1198.

Welch, M. (1997). Regulating the reproduction and morality of women: The social control of body and soul. *Women and Criminal Justice*, 9(1), 17–38.

Worldmetrics. (y.y.). Global Food Industry Statistics. 1 Mayıs 2024 tarihinde <https://worldmetrics.org/global-food-industry/> adresinden erişildi.

Yıldırım, Y. ve Doğan, T. (2022). #Foodporn Kavramı ve Sosyal Medya ile İlişkisi. *İmgelem*, 6(10), 89-110.

Zaman, A. (2019). *Beden ve Toplumsal İktidar: Anoreksiya Deneyimi* (Yüksek Lisans Tezi). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.