



SPORMETRE
The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi

DOI: 10.33689/spormetre.1629219
Research Article



Geliş Tarihi (Received): 29.01.2025

Kabul Tarihi (Accepted): 22.09.2025

Online Yayın Tarihi (Published): 30.09.2025

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN E-SAĞLIKLI BESLENME OKURYAZARLIĞI
SEVİYELERİNİN İNCELENMESİ**

Ramazan Şeker¹ , Gürkan Yılmaz² , İzzet Turasan^{3*} 

¹  Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Hatay

²  Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Niğde

³  Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Niğde

Öz: Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin e-sağlıklı beslenme okuryazarlığı seviyelerini tespit etmektir. Çalışmaya, Spor Bilimleri Fakültesi'nde farklı bölümlerde eğitim gören 295 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Öğrencilerin sağlıklı beslenme okuryazarlığı durumlarını belirlemek için E-Sağlıklı Beslenme Okuryazarlığı Ölçeği uygulanmıştır. Verilerin analizi için SPSS 24 yazılımı kullanılmıştır. İkili karşılaştırmalar için Bağımsız T testi ve gruplar arası farklılıkların belirlenmesi için Tek Yönlü ANOVA testi kullanılmıştır. Analiz sonuçları, cinsiyet ve branş değişkenlerine göre e-sağlıklı beslenme okuryazarlığı toplam puanı ve alt boyutlarında anlamlı bir fark olmadığını göstermiştir. Ancak bölüm değişkeninde öğretmenlik ve yöneticilik bölümleri lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Sonuç olarak, öğrencilerin e-sağlıklı beslenme okuryazarlığına ilişkin bilgi ve uygulama düzeylerinin mevcut olduğu, ancak ölçekte elde edilen puanların bu düzeyin biraz altında kaldığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Beslenme, üniversite, okuryazarlık

**INVESTIGATION OF E-HEALTH NUTRITION LITERACY LEVELS OF
UNIVERSITY STUDENTS**

Abstract: The aim of this research is to determine the e-healthy nutrition literacy levels of university students. A total of 295 students from various departments at the Faculty of Sports Sciences voluntarily participated in the study. The e-Healthy Diet Literacy Scale was used to assess the students' healthy diet literacy status. SPSS 24 software was used for data analysis. Independent T-tests were used for binary comparisons, while One-Way ANOVA tests were conducted to identify differences between groups. The results indicated no significant differences in diet literacy scores and subdimensions based on gender and field variables. However, a statistically significant difference was found in favor of the teaching and management departments when considering the department variable. As a result, it was determined that the students' knowledge and application levels regarding e-healthy eating literacy are available, but the scores obtained at the scale are slightly below this level.

Keywords: Nutrition, university, literacy

* Sorumlu Yazar: İzzet TURASAN, Doktorant, E-mail: izzet.turasan@gmail.com

GİRİŞ

Sağlık, Dünya Sağlık Örgütü'ne göre, hastalık veya sakatlığın yokluğunun ötesinde, bireylerin fiziksel, zihinsel ve sosyal açıdan tam bir iyilik hâlidir. Beslenme ise, canlıların enerji ve büyüme gereksinimlerini karşılamak, sağlığı korumak ve optimal fizyolojik işlevleri desteklemek amacıyla gıda alım ve kullanım süreçlerini kapsayan bir disiplindir. Bu bağlamda sağlıklı beslenme, bireylerin gıda maddelerini dengeli ve yeterli şekilde tüketmesini gerektiren temel bir kavramdır. (Sitti ve Apaydın, 2023; Habipoğlu ve Turasan, 2022; Yılmaz ve ark., 2022). Sağlıklı beslenme okuryazarlığı, bireylerin beslenme bilgilerini edinme, anlama ve günlük yaşamda bilinçli şekilde uygulama becerisini ifade eder; bu, besin öğelerini değerlendirme, etiketleri okuma ve dengeli diyet planı oluşturma gibi yetkinlikleri içermektedir (Kaçar ve Türker, 2024; Yeşildemir, 2023). E-sağlıklı beslenme okuryazarlığı ise, elektronik kaynaklar aracılığıyla beslenme bilgilerini tarama, anlama, yorumlama ve uygulama yeteneğini kapsayarak dijital ortamda sağlıklı beslenme kararlarını bilinçli şekilde almayı sağlamaktadır (Aydın ve ark., 2024). Bu okuryazarlık türleri, bireylerin besin etiketlerini okuyabilme, gıda seçimlerinde sağlıklı alternatifleri değerlendirebilme ve dengeli bir diyet planı oluşturabilme gibi becerileri geliştirmelerine yardımcı olur (Silva ve ark., 2023). Özellikle üniversite öğrencileri arasında sağlıklı beslenme okuryazarlığı, bağımsız yaşama geçiş sürecinde yaşanan sosyal ve psikolojik değişimlerle birlikte daha da büyük bir öneme sahiptir. Üniversite dönemi, genç bireylerin beslenme alışkanlıklarını şekillendirdiği ve sağlıklı yaşam tarzlarını benimseme fırsatları bulduğu bir dönemdir (Şengür ve ark., 2023). Bu dönemde obezite, diyabet, kardiyovasküler hastalıklar ve diğer kronik sağlık sorunları, yetersiz ve dengesiz beslenme ile sıklıkla ilişkilendirilmektedir (Gökçe ve Yeşil, 2023). Bu sağlık sorunlarına karşı etkili bir mücadele yöntemi olarak, sağlıklı beslenme okuryazarlığı, bireylerin bu tür sağlık tehditlerine karşı koruyucu bir mekanizma geliştirmelerine olanak tanır. Sağlıklı beslenme okuryazarlığını artırıcı eğitim programları ve farkındalık kampanyaları, sadece bireylerin değil, aynı zamanda toplumun genel sağlık düzeyinin yükselmesine katkı sağlamaktadır (Erem ve Bektaş, 2023). Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin e-sağlıklı beslenme okuryazarlık düzeylerini ortaya koyarak hem öğrencilerin farkındalığını artırmayı hem de literatürde sınırlı olan bu alandaki bilgi boşluğunu doldurmayı amaçlamaktadır. Elde edilen bulgular, eğitim programlarının ve farkındalık stratejilerinin geliştirilmesine yönelik bilimsel bir temel oluşturma amacıyla üniversite öğrencilerinin e-sağlıklı beslenme okuryazarlığı düzeylerinin çeşitli değişkenler bakımından incelenmesini amaçlamaktadır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışmada tarama modelinden yararlanılmıştır. Tarama modeli, geniş bir birey grubuna dair genel çıkarımlar yapmak amacıyla ya tüm evrenin ya da evrenden seçilen bir alt grup veya örneklem üzerinde gerçekleştirilen bir çalışmadır (Karasar, 2022).

Evren-Örneklem

Araştırmaya, Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde Beden Eğitimi Öğretmenliği, Antrenörlük Eğitimi ve Spor Yöneticiliği bölümlerinde öğrenim gören, yaşları 18 ile 25 arasında değişen toplam 295 öğrenci dahil edilmiştir. Örneklem, araştırmaya gönüllülük esasına dayalı olarak katılım gösteren öğrencilerden oluşturulmuş olup, ulaşılan katılımcı sayısının evreni temsil gücüne sahip olduğu varsayılmıştır. Veriler, yüz yüze yapılan anket formu aracılığıyla toplanmıştır. Anket formu, öğrencilerin demografik bilgilerini ve e-sağlıklı beslenme okuryazarlığı düzeylerini belirlemeye yönelik sorulardan oluşturulmuştur.

Katılımcılara araştırmanın amacı, kapsamı ve gizlilik ilkeleri hakkında bilgi verilmiş, gönüllülük esasına dayalı katılım sağlanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak iki bölümden oluşan bir form kullanılmıştır. İlk bölümde, katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla yaş, cinsiyet, öğrenim görülen bölüm ve spor branşı gibi değişkenleri içeren Kişisel Bilgi Formu yer almaktadır. İkinci bölümde ise, katılımcıların dijital ortamda beslenme bilgilerini edinme, anlama, değerlendirme ve uygulama düzeylerini ölçmek amacıyla E-Sağlıklı Beslenme Okuryazarlığı Ölçeği kullanılmıştır.

E-Sağlıklı Beslenme Okuryazarlığı Ölçeği

“E-Healthy Diet Literacy (E-HDL) Questionnaire” adıyla bilinen ölçek, 2020 yılında Duong ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçeğin Türkçe’ye uyarlaması ise Onbaşı ve Türker tarafından 2023 yılında gerçekleştirilmiş ve “e-Sağlıklı Beslenme Okuryazarlık (e-SBO)” ölçeği olarak adlandırılmıştır. Ölçek 5 faktör ve 15 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en üst puan 71’dir. Ölçekte alınan yüksek puan e-sağlıklı beslenme okuryazarlık düzeyinin yüksek olduğunu belirtmektedir.

Verilerin Analizi

Veri analizi için SPSS 24 yazılımı kullanılmıştır. Verilerin normallik testleri Kolmogorov-Smirnov testi ile gerçekleştirilmiştir. Normallik test sonuçlarına göre ikili karşılaştırmalar için Bağımsız Örneklem T-Testi ve gruplar arası karşılaştırmalar için Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) uygulanmıştır. Çalışmada anlamlılık değeri $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Demografik Değişkenlerin Yüzde ve Frekans Dağılımları

Değişken	Grup	N	%
Yaş	18-20 Yaş	30	10,2
	21-23 Yaş	205	69,5
	24 Yaş ve Üzeri	60	20,3
Cinsiyet	Erkek	162	54,9
	Kadın	133	45,1
Bölüm	Antrenörlük	174	21,4
	Öğretmenlik	63	59,0
	Yöneticilik	58	19,7
Branş	Bireysel Sporlar	129	43,7
	Takım Sporları	166	56,3

Tablo 1 incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin %10,2’sinin 18–20 yaş, %69,5’inin 21–23 yaş, %20,3’ünün ise 24 yaş ve üzeri olduğu görülmektedir. Katılımcıların cinsiyet dağılımları incelendiğinde %54,9’unun erkek, %45,1’inin ise kadın olduğu belirlenmiştir. Bölümlere göre dağılımda öğrencilerin %59,0’ı öğretmenlik, %21,4’ü antrenörlük ve %19,7’si yöneticilik bölümünde öğrenim görmektedir. Spor branşlarına göre ise katılımcıların %43,7’si bireysel sporlarla, %56,3’ü ise takım sporlarıyla ilgilenmektedir.

Tablo 2. Bölüm değişkenine göre e-sağlıklı beslenme puan karşılaştırması

	Bölüm	N	X	SS	F	P	Tukey	Eta Squared(η^2)
E-Sağlıklı Beslenme Toplam Puan	Öğretmenlik	63	52,0794	11,34261	19,488	,000	1-2 3-2	,118
	Antrenörlük	174	44,4425	9,69802				
	Yöneticilik	58	51,3448	8,63398				
E-Sağlıklı Beslenme Bilgisini Bulma	Öğretmenlik	63	11,8254	3,76546	14,996	,000	1-2 3-2	,093
	Antrenörlük	174	9,7299	3,77419				
	Yöneticilik	58	12,2931	2,84086				
E-Sağlıklı Beslenme Bilgisini Anlama	Öğretmenlik	63	14,0952	5,41716	5,323	,005	1-2 1-3	,035
	Antrenörlük	174	11,7701	5,20938				
	Yöneticilik	58	11,3103	5,66369				
E-Sağlıklı Beslenme Bilgisini Yargılama	Öğretmenlik	63	8,5397	2,17630	12,672	,000	1-2 3-2	,080
	Antrenörlük	174	7,1667	2,40203				
	Yöneticilik	58	8,4828	1,86605				
E-Sağlıklı Beslenme Bilgisini Uygulama	Öğretmenlik	63	5,6349	3,44216	8,587	,000	3-1 3-2	,056
	Antrenörlük	174	5,8966	2,54001				
	Yöneticilik	58	7,5000	2,71610				
Dijital Sağlıklı Beslenme Okuryazarlığı	Öğretmenlik	63	11,9841	4,56668	8,712	,000	1-2 3-2	,056
	Antrenörlük	174	9,8793	3,73893				
	Yöneticilik	58	11,7586	4,35814				

P<0,05; 1-Öğretmenlik, 2-Antrenörlük, 3-Yöneticilik

Tablo 2 incelendiğinde, e-sağlıklı beslenme toplam puanı ile e-sağlıklı beslenme bilgisini bulma, yargılama ve dijital sağlıklı beslenme okuryazarlığı değişkenlerinde öğretmenlik ve yöneticilik bölümleri arasında; bilgiyi anlama değişkeninde öğretmenlik bölümü, bilgiyi uygulama değişkeninde ise yöneticilik bölümü öğrencileri yönünde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir ($p<0,05$).

Tablo 3. Cinsiyet değişkenine göre e-sağlıklı beslenme puan karşılaştırması

	Cinsiyet	N	X	SS	T	P	Cohen's d
E-Sağlıklı Beslenme Toplam Puan	Kadın	133	47,0752	10,15383	-,530	,597	0,062
	Erkek	162	47,7222	10,76586			
E-Sağlıklı Beslenme Bilgisini Bulma	Kadın	133	10,8797	3,81591	,815	,416	0,095
	Erkek	162	10,5185	3,74866			
E-Sağlıklı Beslenme Bilgisini Anlama	Kadın	133	12,0301	5,35970	-,420	,675	0,048
	Erkek	162	12,2963	5,48843			
E-Sağlıklı Beslenme Bilgisini Yargılama	Kadın	133	7,7519	2,39129	,219	,827	0,025
	Erkek	162	7,6914	2,31732			
E-Sağlıklı Beslenme Bilgisini Uygulama	Kadın	133	6,0977	2,89949	-,315	,753	0,038
	Erkek	162	6,2037	2,83531			
Dijital Sağlıklı Beslenme Okuryazarlığı	Kadın	133	10,3158	4,22899	-1,430	,154	0,168
	Erkek	162	11,0123	4,08297			

Tablo 3 incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre e-sağlıklı beslenme toplam puanı ve alt boyutlar arasında istatistiksel anlamda bir fark bulunmamaktadır. ($p>0,05$).

Tablo 4. Branş değişkenine göre e-sağlıklı beslenme puan karşılaştırması

	Branş	N	X	SS	T	P	Cohen's d
E-Sağlıklı Beslenme Toplam Puan	Takım Sporları	166	46,7289	10,19055	-1,296	,196	0,153
	Bireysel Sporlar	129	48,3333	10,81762			
E-Sağlıklı Beslenme Bilgisini Bulma	Takım Sporları	166	10,5482	3,76677	-,686	,494	0,082
	Bireysel Sporlar	129	10,8527	3,79782			
E-Sağlıklı Beslenme Bilgisini Anlama	Takım Sporları	166	11,9036	5,44641	-,981	,328	0,114
	Bireysel Sporlar	129	12,5271	5,39397			
E-Sağlıklı Beslenme Bilgisini Yargılama	Takım Sporları	166	7,6807	2,38185	-,316	,753	0,034
	Bireysel Sporlar	129	7,7674	2,31000			
E-Sağlıklı Beslenme Bilgisini Uygulama	Takım Sporları	166	6,2048	2,87838	,333	,739	0,038
	Bireysel Sporlar	129	6,0930	2,84616			
Dijital Sağlıklı Beslenme Okuryazarlığı	Takım Sporları	166	10,3916	4,22227	-1,448	,149	0,169
	Bireysel Sporlar	129	11,0930	4,05324			

Tablo 4 incelendiğinde branş değişkenine göre e-sağlıklı beslenme toplam puan ve alt boyutlar karşılaştırıldığında istatistiksel anlamda bir fark bulunmamaktadır ($p>0,05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışma Spor Bilimleri Fakültesinde okumakta olan öğrencilerin “e-Sağlıklı Beslenme Okuryazarlık (e-SBO)” düzeylerinin çeşitli değişkenler bakımından incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Yapılan çalışmada bölüm değişkenine göre e-sağlıklı beslenme okuryazarlığı incelendiğinde, öğretmenlik bölümü öğrencilerinin diğer bölümlere kıyasla daha yüksek düzeyde okuryazarlığa sahip olduğu görülmüştür. Bu durum, öğretmenlik programlarında beslenme ve sağlık konularına verilen önem ve öğrencilerin bu konulara olan ilgisiyle açıklanabilir. Öte yandan, antrenörlük bölümü öğrencilerinin görece olarak daha düşük okuryazarlık düzeyi göstermesi, spor odaklı programlarda e-sağlıklı beslenme bilgi ve farkındalığının yeterince vurgulanmadığı sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Yöneticilik bölümü öğrencilerinin orta düzeyde bir performans sergilemesi, bölümün eğitim içeriği ve öğrencilerin kişisel ilgi alanları ile ilişkilendirilebilir. Bulgularımız, farklı bölümlerde eğitim programlarının e-sağlıklı beslenme okuryazarlığını artırmaya yönelik iyileştirmeler yapılması gerektiğini göstermektedir. Aydın ve ark., (2024) yaptıkları çalışmalarında bölüm değişkenine göre e-sağlıklı beslenme okuryazarlık ölçeği anlama alt boyutunda öğretmenlik bölümünde fark olduğunu, toplam puan ve diğer alt boyutlarda fark olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Bu durumun, antrenörlük bölümü öğrencilerinin "Egzersiz ve Beslenme" dersini beden eğitimi ve spor öğretmenliği ile rekreasyon bölümü öğrencilerinden daha erken dönemde almaları ve daha fazla uygulamalı ders bulunmasıyla ilişkili olduğunu belirtmişlerdir. Nakas (2017), üniversite öğrencileri üzerine yaptığı çalışmada hemşirelik, bilgisayar mühendisliği, hukuk ve tıp bölümleri arasında e-sağlık okuryazarlığı toplam puan karşılaştırmasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığını belirtmiştir.

Yapılan çalışmada cinsiyete göre e-sağlıklı beslenme okuryazarlığı açısından anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Bu durum hem erkek hem de kadın öğrencilerin benzer düzeyde beslenme

bilgisine sahip olduğunu göstermektedir. Alt boyutlar açısından da benzer sonuçlar elde edilmiştir. Bulgularımız, öğrencilerin aldıkları beslenme eğitimi ve sporla ilgilenmeleri nedeniyle cinsiyet farkının etkili olmadığını düşündürmektedir. Literatürde yapılan çalışmalar incelendiğinde Kaçar ve Türker (2024) sağlık çalışanları üzerine yaptıkları çalışmada, cinsiyete göre e-sağlıklı beslenme okuryazarlık puanı arasında istatistiksel olarak fark olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Yine Yeşildemir (2023) yetişkin bireylerde yapmış oldukları çalışmalarında cinsiyet değişkeni bazında toplam puan ve alt boyut karşılaştırmasında istatistiksel olarak kadınlar lehine anlamlı düzeyde fark olduğunu sonucuna ulaşmıştır. Bu durumun, kadınların mutfak alışverişi, yemek hazırlama ve pişirme gibi süreçlerde daha fazla etkin rol oynamasıyla bağlantılı olabileceği ifade edilmiştir. Gökçe ve Yeşil (2023) lise öğrencileri üzerine yapmış oldukları çalışmalarında cinsiyete göre e-sağlık okuryazarlığı puan karşılaştırmasında fark olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Başka bir çalışmada Ergün ve ark., (2019) ergenlerde e-sağlık okuryazarlığı ve yaşam biçimi davranışlarını inceledikleri çalışmalarında cinsiyete göre e-sağlık okuryazarlığı toplam puan karşılaştırmasında fark olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Literatürde yapılan çalışmalar bulgularımızı destekler niteliktedir. Yapılan çalışmada takım sporları ve bireysel sporlar arasında e-sağlıklı beslenme okuryazarlığı açısından anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Alt boyutlar düzeyindeki karşılaştırmalar da benzer sonuçlar göstermektedir. Bu bulgu, spor türünden bağımsız olarak, her iki grup öğrencinin sağlıklı beslenme bilgisi ve uygulamalarının benzer düzeyde olduğunu ortaya koymaktadır. Bu sonuçlar, eğitim ve farkındalık programlarının spor türünden bağımsız olarak etkili olduğunu ve tüm sporcuların sağlıklı beslenme okuryazarlığının geliştirilmesine yönelik çalışmaların her iki grup için de gerekli olduğu sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Literatürde yapılan çalışma incelendiğinde Özdenk (2020) genç sporcuların beslenme okuryazarlığı düzeylerini inceledikleri çalışmalarında branş değişkenine göre beslenme okuryazarlığı puan karşılaştırmasında istatistiksel olarak fark olmadığını sonucuna ulaşmıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda spor yapan bireylerin okuryazarlık düzeylerinin geliştirilmesine ek olarak sağlıklı beslenme anlayışının genç takımlarda desteklenmesi gerektiğini belirtmiştir. Literatürde yapılan çalışma bulgularımızı destekler niteliktedir.

Sonuç ve Öneriler

Sonuç olarak, öğrencilerin e-sağlıklı beslenme okuryazarlığı ile ilgili bilgi ve uygulama düzeylerinin var olduğu, ancak ölçekte elde edilen puanların bu düzeyin biraz altında kaldığı tespit edilmiştir. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda, üniversite öğrencilerinin sağlıklı beslenme alışkanlıklarını teşvik etmek ve beslenme okuryazarlık düzeylerini artırmak amacıyla çeşitli eğitim ve farkındalık programlarının uygulanması büyük önem taşımaktadır. Literatürde bu alanda sınırlı sayıda çalışma bulunması, konunun daha fazla araştırma ve değerlendirmeye ihtiyaç duyduğunu ortaya koymaktadır. Dolayısıyla, üniversite düzeyindeki öğrencilerin sağlıklı beslenme bilgisi ve uygulamalarına odaklanan özgün çalışmaların, bu bireylerin beslenme okuryazarlığını artırmaya yönelik stratejilerin geliştirilmesine önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu doğrultuda aşağıdaki önerilere yer verilmiştir;

1. Öğrencilere yönelik dijital veya yüz yüze beslenme eğitim programlarının düzenlenmesi,
2. Beslenme farkındalığını artırıcı atölye ve seminerlerin uygulanması,
3. Üniversite kantinleri ve kampüs ortamında sağlıklı beslenme seçeneklerinin teşvik edilmesi,
4. Öğrencilerin beslenme okuryazarlığını değerlendiren düzenli ölçümlerin yapılması ve programların etkinliğinin takip edilmesi,
5. Öğrencilerin dijital kaynaklardan doğru ve güvenilir beslenme bilgisine erişimini sağlamak amacıyla e-öğrenme materyalleri ve mobil uygulamalar hazırlanabilir.

KAYNAKLAR

- Aydın, R., Genc, A., Dere, G., & Kayar, O. Y. (2024). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin e-sağlıklı beslenme okuryazarlığı düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 10(2), 237-249.
- Erem, S., & Bektaş, Z. (2023). Genç erişkinlerde beslenme okuryazarlığı düzeyi yaşam kalitesi ile ilişkili midir?. *Food and Health*, 9(2), 129-138.
- Ergün S., Kızıl Sürücüler, H., & Işık R. (2019). Ergenlerde e-sağlık okuryazarlığı ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları: Balıkesir örneği. *Jaren*. 5(3):194-203.
- Gökçe, D., & Yeşil, E. (2023). Lise öğrencilerinin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarıyla e-sağlık okuryazarlığı düzeyleri arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Abant Sağlık Bilimleri ve Teknolojileri Dergisi*, 3(1), 17-27.
- Habipoğlu, S., & Turasan, İ. (2022). İtme engelli güreşçilerin beslenme bilgi ve alışkanlıklarının incelenmesi. *Uluslararası Beden Eğitimi Spor ve Teknolojileri Dergisi*, 3(1), 1-9.
- Kaçar, E. Y., & Türker, P. (2024). Sağlık çalışanlarının yeme farkındalığı ve e-sağlıklı beslenme okuryazarlığı düzeyleri ile beslenmeye ilişkin parametreler arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 9(2), 206-222.
- Karasar, N. (2022). Bilimsel araştırma yöntemi; kavramlar ilkeler teknikler. (37. Baskı), Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Nakas, D. (2017). *Üniversite öğrencilerinin e-sağlık okuryazarlığı düzeylerinin ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). T.C. Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Onbaşı, Ö., & Türker, P. F. (2023). e-Sağlıklı beslenme okuryazarlığı ölçeğinin geçerlik ve güvenirliğinin incelenmesi. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 51(2), 24-33.
- Özdenk, S. (2020). Genç Sporcuların beslenme okuryazarlığı düzeylerinin incelenmesi (Sinop İli Örneği). *Uluslararası Spor Bilimleri Öğrenci Çalışmaları*, 2(2), 121-129.
- Silva, P., Araújo, R., Lopes, F. & Ray, S. (2023). Beslenme ve gıda okuryazarlığı: sağlık iletişiminin önündeki zorlukların çerçevesi. *Besinler*, 15(22), 4708.
- Sitti, S., & Apaydın, M. B. (2023). Basketbolcuların branşa yönelik tutum ve sağlıklı beslenme alışkanlıklarının incelenmesi. *Mediterranean Journal of Sport Science*, 6(1-Cumhuriyet'in 100. Yılı Özel Sayısı), 485-494. <https://doi.org/10.38021/asbid.1351124>
- Şengür, E., Yılmaz, G., & Turasan, İ. (2023). Üniversitelerin spor bilimleri fakültelerinde öğrenim gören öğrencilerin yeme davranışlarının incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 7(3), 257-265.
- Van Duong, T., Chiu, C. H., Lin, C. Y., Chen, Y. C., Wong, T. C., Chang, P. W., & Yang, S. H. (2021). E-healthy diet literacy scale and its relationship with behaviors and health outcomes in Taiwan. *Health promotion international*, 36(1), 20-33.
- Yeşildemir, Ö. (2023). Yetişkin bireylerde sürdürülebilir ve sağlıklı yeme davranışları ile e-sağlıklı beslenme okuryazarlığı ve beslenme bilgi düzeyi arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 10(3), 250-260. <https://doi.org/10.34087/cbusbed.1307125>
- Yılmaz, G., Şengür, E., & Turasan, İ. (2022). Covid 19 döneminde üniversite öğrencilerinin sağlıklı beslenme tutum puanlarının incelenmesi. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 1-10.