

GENÇ YETİŞKİNLERDE ALTERNATİF BESİN KAYNAKLARI NEOFOBİSİ ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

Büşra KOÇYİĞİT¹, Aybike ÜSTEK¹, Ceyda CENİK¹, Ayşe Derya BAYAZIT¹, Makbule
Gezmen KARADAĞ¹

¹Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Ankara, Türkiye

0000-0003-1361-9569

0000-0003-3202-3250

ÖZ

Amaç: Bu araştırma, 18-35 yaş arası genç yetişkin bireylerde alternatif besin kaynaklarına yönelik tutumları, bilgi düzeylerini ve besin neofobisi ile olan ilişkisini değerlendirmek amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Metod: Toplam 2520 bireyin katıldığı çalışmada, bireylere yüz yüze görüşme yöntemiyle ve çevrim içi ortamda anket formu uygulanmış; bununla birlikte 24 saatlik besin tüketim kayıtları alınmış ve Gıda Neofobisi Ölçeği kullanılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların %52,2'si alternatif besinleri daha önce duyduğunu belirtmiş, bu grubun %55,9'unu erkek bireyler oluşturmuştur. Erkeklerin alternatif besinlere dair bilgi düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Yapay et özelinde, katılımcıların %84,4'ü bu besini tüketmek istemediğini ifade etmiştir. Bunun temel nedeninin, yapay etin sağlıksız olarak algılanması olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların Gıda Neofobisi Ölçeği puanı ortalama $42,6 \pm 9,8$ olarak bulunmuş; bu sonuç, genç bireylerin yeni ve alışılmadık gıdalara karşı orta düzeyde çekingenlik gösterdiğini ortaya koymuştur. Ölçekte bazı ifadelerle %20–27 oranında “katılıyorum” yanıtının verilmesi, bireylerin bu konuda kararsızlık yaşadığını ve bireysel farklılıkların ön planda olduğunu göstermektedir.

Sonuç: Sonuç olarak, bireylerin alternatif besinlere yönelik mesafeli yaklaşımlarının temelinde bilgi eksikliği ve sağlık kaygılarının etkili olduğu görülmüştür. Bu bulgular doğrultusunda, alternatif besinlere yönelik toplumsal farkındalığın artırılması ve doğru bilgilendirme yapılması; besin neofobisinin azaltılmasına ve bu besin kaynaklarının kabulünün artırılmasına katkı sağlayabilir.

Anahtar Kelimeler: Alternatif besin, besin neofobisi, genç yetişkinler, yapay et, tutum ve davranış

İletişim/Correspondence

Büşra KOÇYİĞİT

Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi,

Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Ankara, Türkiye

E-posta: kocyigitbusra@icloud.com

Geliş tarihi/Received: 13.05.2025

Kabul tarihi/Accepted: 24.07.2025