# Akademik personellerde sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyi ve ilişkili faktörlerin değerlendirilmesi

## Assessment of academic staff's knowledge level on sustainable nutrition and related factors

Ahsen KARADAŞ[1], Esra DAHARLI[2], Zahide KOŞAN[1], Serhat VANÇELİK[1]

*doi.org/10.35232/estudamhsd.1940316*

***ESTUDAM Public Health Journal.***
***2026;11(3):256-67.***

***1-**Atatürk Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı, Erzurum, Türkiye.*
***2-**Yakutiye İlçe Sağlık Müdürlüğü, Erzurum, Türkiye.*

***Sorumlu Yazar / Corresponding Author:***
*Uzm. Dr. Esra DAHARLI*
*e-posta / e-mail: e.c.daharli2012@gmail.com*

***Geliş Tarihi / Received:***
*30.04.2026*
***Kabul Tarihi / Accepted:***
*28.09.2026*

## Abstract

This study was conducted to evaluate the level of knowledge about sustainable nutrition among academic staff and related factors. This cross-sectional study was conducted with 569 academic staff members working at Atatürk University between March and October 2025. Data were collected using a questionnaire including sociodemographic characteristics, nutritional habits, and knowledge about sustainable nutrition, and the Sustainable and Healthy Nutrition Behaviors Scale (SHEBS). Descriptive statistics, independent samples t-test, and one-way ANOVA were used in the analysis of the data. The mean SHEBS score of the participants was 4.1±0.7, indicating a moderate level of sustainable nutrition behaviors. Higher scores were obtained in the sub-dimensions of healthy and balanced nutrition and low fat consumption, while lower scores were found in the sub-dimensions of reducing meat consumption and preferring local food. A significant relationship was found between age, household size, and water consumption and the SHEBS score (p=0.01). Significant differences were found in SSBD scores according to marital status, academic title, lifestyle factors, and dietary habits (p<0.05). Individuals with low consumption of processed and ready-made foods were found to have higher SSBD scores. While 51.7% of participants considered themselves competent in healthy eating, only 38% stated that they had heard of the concept of sustainable nutrition before. It was determined that the sustainable nutrition behaviors of academic staff are at a moderate level, and that behaviors, especially those related to environmental sustainability, need to be improved. Accordingly, it is recommended to plan training and interventions aimed at increasing awareness of sustainable nutrition.

**Keywords:** Sustainable nutrition, academic staff, nutritional knowledge, nutritional behavior, sustainability

## Özet

Bu çalışma, akademik personelin sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyi ve ilişkili faktörleri değerlendirmek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Kesitsel tipte planlanan araştırma, Mart–Ekim 2025 tarihleri arasında Atatürk Üniversitesi'nde görev yapan 569 akademik personel ile yürütülmüştür. Veriler; sosyodemografik özellikler, beslenme alışkanlıkları ve sürdürülebilir beslenme bilgilerini içeren anket formu ile Sürdürülebilir ve Sağlıklı Beslenme Davranışları Ölçeği (SSBD) kullanılarak toplanmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, bağımsız örneklem t-testi ve tek yönlü ANOVA kullanılmıştır. Katılımcıların SSBD puan ortalaması 4,1±0,7 olup sürdürülebilir beslenme davranışlarının orta düzeyde olduğu belirlenmiştir. Sağlıklı ve dengeli beslenme ile düşük yağ tüketimi alt boyutlarında daha yüksek puanlar elde edilirken, et tüketiminin azaltılması ve yerel gıda tercihine ilişkin puanlar daha düşük bulunmuştur. Yaş, hane halkı büyüklüğü ve su tüketimi ile SSBD puanı arasında anlamlı ilişki saptanmıştır (p=0,01). Medeni durum, akademik unvan, yaşam tarzı faktörleri ve beslenme alışkanlıklarına göre SSBD puanlarında anlamlı farklılıklar belirlenmiştir (p<0,05). İşlenmiş ve hazır gıda tüketimi düşük olan bireylerin SSBD puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Katılımcıların %51,7'si sağlıklı beslenme konusunda kendini yeterli görürken, yalnızca %38'i sürdürülebilir beslenme kavramını daha önce duyduğunu belirtmiştir. Akademik personelin sürdürülebilir beslenme davranışlarının orta düzeyde olduğu ve özellikle çevresel sürdürülebilirlik boyutuna yönelik davranışların geliştirilmesi gerektiği belirlenmiştir. Bu doğrultuda, sürdürülebilir beslenme konusunda farkındalığı artırmaya yönelik eğitim ve müdahalelerin planlanması önerilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Sürdürülebilir beslenme, akademik personel, beslenme bilgisi, beslenme davranışı, sürdürülebilirlik

*This is an open access article under the CC BY-NC 4.0 License.*
*Bu makale, CC BY-NC 4.0 Lisansı kapsamında açık erişimli bir makaledir.*

## Giriş

Küresel ölçekte artan çevresel sorunlar, doğal kaynakların hızla tükenmesi ve iklim değişikliği, sürdürülebilirlik kavramını günümüzün en kritik araştırma alanlarından biri haline getirmiştir. Bu bağlamda sürdürülebilir beslenme, yalnızca bireylerin sağlığını korumayı değil, aynı zamanda gıda sistemlerinin çevresel etkilerini azaltmayı ve gelecek nesiller için kaynakların devamlılığını sağlamayı hedefleyen bütüncül bir yaklaşım olarak öne çıkmaktadır (1, 2). Günümüzde beslenme alışkanlıklarının; sera gazı emisyonları, su kullanımı ve biyoçeşitlilik kaybı üzerindeki etkileri dikkate alındığında, bireysel gıda tercihlerinin küresel sürdürülebilirlik üzerinde belirleyici bir rol oynadığı açıktır (3).

Bilgi üretimi ve toplumsal yönlendirme süreçlerinde önemli bir konuma sahip olan akademik personel, sürdürülebilirlik farkındalığının geliştirilmesinde stratejik bir grubu temsil etmektedir. Akademisyenlerin sahip oldukları bilgi düzeyi, yalnızca kendi davranışlarını değil, aynı zamanda öğrenciler ve toplum üzerindeki dolaylı etkileri aracılığıyla daha geniş bir etki alanını şekillendirebilmektedir (4-6). Bu nedenle, akademik personelin sürdürülebilir beslenme konusundaki bilgi düzeyinin değerlendirilmesi hem bireysel hem de kurumsal düzeyde dönüşümün anlaşılması açısından kritik öneme sahiptir.

Mevcut literatür, sürdürülebilir beslenmeye ilişkin bilgi ve tutumların; yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, akademik disiplin, gelir durumu ve çevresel farkındalık gibi çeşitli sosyodemografik ve bilişsel faktörlerden etkilendiğini göstermektedir (7). Bununla birlikte, akademik personel örnekleminde bu değişkenlerin bütüncül bir yaklaşımla ele alındığı çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Özellikle farklı akademik alanların sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyi üzerindeki etkisi ve bu bilginin davranışsal yansımaları literatürde yeterince açıklığa kavuşturulmamıştır.

Bu çalışma akademik personelin sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyini kapsamlı bir şekilde değerlendirmeyi ve bu düzey ile ilişkili faktörleri ortaya koymayı amaçlamaktadır. Elde edilecek bulguların, sürdürülebilir beslenme konusunda hedefe yönelik eğitim programlarının geliştirilmesine, kurumsal farkındalık stratejilerinin oluşturulmasına ve ilgili politika süreçlerine bilimsel katkı sağlaması beklenmektedir.

## Gereç ve Yöntem

### *Araştırma Tasarımı ve Yeri*

Bu kesitsel çalışma, Atatürk Üniversitesi akademik personelinin sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyini ve ilişkili faktörleri değerlendirmek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırma, Mart–Ekim 2025 tarihleri arasında Erzurum'da yürütülmüştür. Katılımcılar sağlık (Sağlık Bilimleri ve Diş Hekimliği Fakülteleri), eğitim (Hukuk ve Kazım Karabekir Eğitim Fakülteleri) ve gıda ile ilişkili alanlardan (Turizm ve Ziraat Fakülteleri) olmak üzere farklı eğitim bölümlerinden seçilmiştir.

### *Evren ve Örneklem*

Araştırmanın evrenini Atatürk Üniversitesi'nde görev yapan akademik personel (n=2760) oluşturmuştur. Tanımlanan evren çok aşamalı tabakalı örneklem yöntemi ile değerlendirilmiştir ve sağlık, sosyal ve fen alanında eğitim veren fakültelerdeki akademisyenler basit rastgele örneklem metoduyla seçilmiştir. Örneklem büyüklüğü EPI-INFO programı kullanılarak %50 prevalans, %95 güven aralığı, %5 hata payı ve 2 desen etkisi ile 674 kişi olarak hesaplanmıştır. Çalışma, 569 katılımcı ile tamamlanmış olup hedef örneklemin %84'üne ulaşılmıştır.

### *Dahil Edilme Kriterleri*

Belirlenen fakültelerde görev yapan akademik personel çalışmaya dâhil edilmiştir. Katılım gönüllülük esasına

**ORCID:**
*Ahsen KARADAŞ: 0009 0005 4951 5704*
*Esra DAHARLI: 0000-0002-1387-2751*
*Zahide KOŞAN: 0000-0002-1429-6207*
*Serhat VANÇELİK: 0000-0003-4244-602X*

**Nasıl Atıf Yaparım / How to Cite:**
*Karadaş A, Daharlı E, Koşan Z, Vançelik S. Akademik personellerde sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyi ve ilişkili faktörlerin değerlendirilmesi. ESTÜDAM Halk Sağlığı Dergisi. 2026;11(3):256-67*

dayalı olup katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

***Dışlama Kriterleri***

Herhangi bir metabolik hastalık veya beslenmeye bağlı intolerans durumu varlığı olan kişiler çalışmaya dahil edilmemiştir.

***Veri Toplama Araçları***

Veriler, dört bölümden oluşan yapılandırılmış bir anket formu ile toplanmıştır:

(i) sosyodemografik bilgiler (22 soru),

(ii) genel beslenme bilgisi (9 soru),

(iii) sürdürülebilir beslenme bilgisi (10 soru) ve

(iv) Sürdürülebilir ve Sağlıklı Beslenme Davranışları Ölçeği (SSBD) (32 madde).

Veri toplama öncesinde 20 kişi ile pilot çalışma yapılmış ve anket son hâlini almıştır. Anketler araştırmacı gözetiminde yüz yüze uygulanmış ve her bir anket yaklaşık 20 dakikada tamamlanmıştır.

***Antropometrik Ölçümler***

Katılımcıların boy ve vücut ağırlığı bilgileri öz bildirime dayalı olarak alınmıştır. Beden kütle indeksi (BKİ), kg/m² formülü ile hesaplanmış ve Dünya Sağlık Örgütü sınıflamasına göre değerlendirilmiştir.

***Sürdürülebilir ve Sağlıklı Beslenme Davranışları Ölçeği (SSBD)***

SSBD ölçeği, bireylerin sürdürülebilir ve sağlıklı beslenme davranışlarını değerlendirmek amacıyla geliştirilmiş olup Türkçe geçerlik ve güvenirliği yapılmıştır (8, 9). Ölçek 7 alt boyut ve 32 maddeden oluşmakta ve 7'li Likert tipinde değerlendirilmektedir (1=hiç, 7=her zaman). Alınabilecek min puan 32 max puan 224 tür. Yüksek puanlar daha iyi beslenme davranışlarını göstermektedir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach alfa katsayısı 0,912 olarak bulunmuştur.

***Değişkenler***

Araştırmanın bağımlı değişkeni SSBD puanıdır. Bağımsız değişkenler; sosyodemografik özellikler (yaş, cinsiyet, BKİ, medeni durum, akademik unvan, gelir düzeyi vb.), yaşam tarzı faktörleri (sigara, alkol, fiziksel aktivite), beslenme alışkanlıkları ve sürdürülebilir beslenmeye ilişkin bilgi ve farkındalık düzeyidir.

***İstatistiksel Analiz***

Veriler IBM SPSS 22.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Tanımlayıcı istatistikler sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma olarak verilmiştir. Normallik analizleri basıklık-kaykılık (skewness-kurtosis) değerleri ve Shapiro-Wilk/Kolmogorov-Smirnov testleri ile değerlendirildi. Normal dağılım gösteren veriler için bağımsız örneklem t-testi ve tek yönlü ANOVA (Post-hoc Bonferroni) kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir.

***Etik Onay***

Çalışma için ilgili etik kurul Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan B.30.2.ATA.0.01.00/60 no ile alınmıştır.

## Bulgular

Çalışmaya toplam 569 akademik personel katılmıştır. Katılımcıların %52,9'u kadın, %62,4'ü evli olup %51,8'inin en az bir çocuğu bulunmaktadır. Ortalama çocuk sayısı 2,0±0,7, hanede yaşayan kişi sayısı 3,0±1,4'tür. Katılımcıların %56,8'i gelir durumunu gelir-gidere denk olarak ifade etmiştir. Yaş ortalaması 39,3±11,2 yıl, BKİ ortalaması ise 25,7±9,4 kg/m²'dir. Katılımcıların %47,3'ünün eşi çalışmakta olup %56,2'sinin eşi üniversite mezunudur.

Akademik unvan dağılımına bakıldığında katılımcıların %39,2'si araştırma görevlisi, %24,4'ü profesör, %20,6'sı doktora öğretim üyesi ve %15,8'i doçenttir. Çalışma altı farklı fakültede yürütülmüş olup en yüksek katılım Kazım Karabekir Eğitim ve Diş Hekimliği fakültelerinden sağlanmıştır.

Katılımcıların Sürdürülebilir ve Sağlıklı Beslenme Davranışları Ölçeği (SSBD) toplam puan ortalaması 4,1±0,7 olarak bulunmuştur. Alt boyut puanları sırasıyla düşük yağ (4,8±1,1), sağlıklı ve dengeli beslenme (4,8±1,0), mevsime özgü gıdalar ve gıda israfından kaçınma (4,4±0,9), kalite işaretleri (4,1±0,8), hayvan sağlığı (3,9±1,2), et tüketiminin azaltılması (3,1±1,1) ve yerel gıda (3,0±1,1) şeklindedir.

Yaş (r=0,2), hanede yaşayan kişi sayısı (r=0,1) ve günlük su tüketimi (r=0,1) ile SSBD puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır ($p<0,01$). Medeni durum, çocuk sahibi olma, akademik unvan ve görev yapılan fakülte değişkenlerine göre SSBD puanları arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0,05$). Katılımcıların

sosyodemografik özelliklerinin dağılımı ve SSBD ölçeği ortalama puan karşılaştırmaları Tablo 1'de, Katılımcıların SSBD ölçeği toplam ve alt boyut puan ortalamalarının dağılımı Tablo 2'de sunulmuştur.

**Tablo 1:** Katılımcıların sosyodemografik özelliklerinin dağılımı ve SSBD ölçeği ortalama puan karşılaştırmaları

| Değişkenler | Sayı | Yüzde | Ortalama | İstatistik |
|---|---|---|---|---|
| **Cinsiyet** | | | | |
| Kadın | 301 | 52,9 | 4,1±0,7 | p>0,05 |
| Erkek | 268 | 47,1 | 4,1±0,8 | |
| **Medeni Durum*** | | | | |
| Bekâr | 211 | 35,3 | 3,9±0,7 | p<0,001 |
| Evli | 355 | 62,4 | 4,2±0,7 | |
| Diğer | 13 | 2,3 | 4,0±0,9 | |
| **Çocuk Varlığı** | | | | |
| Evet | 295 | 51,8 | 4,3±0,7 | p=0,002 |
| Hayır | 73 | 12,8 | 4,0±0,9 | |
| **Gelir Düzeyi** | | | | |
| Gelir giderden az | 52 | 9,1 | 4,1±0,7 | p>0,005 |
| Gelir gidere denk | 323 | 56,8 | 4,1±0,8 | |
| Gelir giderden çok | 194 | 34,1 | 4,1±0,7 | |
| **Eşin Eğitim Düzeyi** | | | | |
| İlkokul/Ortaokul* | 11 | 1,9 | 4,6±0,5 | p>0,05 |
| Lise* | 28 | 4,9 | 3,9±0,7 | |
| Üniversite | 320 | 56,2 | 4,2±0,7 | |
| **Eşin Çalışma Durumu** | | | | |
| Çalışıyor | 269 | 75,5 | 4,2±0,7 | p>0,05 |
| Çalışmıyor | 87 | 24,5 | 4,2±0,8 | |
| **Akademik Unvan** | | | | |
| Profesör[a] | 139 | 24,4 | 4,3±0,7 | p<0,001 |
| Doçent[b] | 90 | 15,8 | 4,2±0,7 | |
| Dr.Öğretim Üyesi[c] | 117 | 20,6 | 4,2±0,7 | |
| Araştırma Görevlisi[a,b,c] | 223 | 39,2 | 3,9±0,7 | |
| **Fakülte** | | | | |
| Sağlık Bilimleri | 26 | 4,6 | 4,3±0,9 | p<0,001 |
| Diş Hekimliği[a,b] | 148 | 26,0 | 3,9±0,7 | |
| Eğitim[a,c] | 169 | 29,7 | 4,2±0,7 | |
| Hukuk[c,d] | 55 | 9,7 | 3,8±0,7 | |
| Turizm | 24 | 4,2 | 4,3±0,9 | |
| Ziraat[b,d] | 147 | 25,8 | 4,2±0,7 | |
| **Fakülte grupları** | | | | |
| Sağlık Bilimleri[a,b] | 174 | 30,6 | 3,9±0,8 | p=0,004 |
| Sosyal Bilimler[a] | 248 | 43,6 | 4,2±0,7 | |
| Fen Bilimleri[b] | 147 | 25,8 | 4,2±0,7 | |

**:Analizde evli ve diğer grup katılımcıları tek bir grup halinde değerlendirilmiştir.*
*a,b,c,d: Aynı üst simgeyi taşıyan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark vardır.*
*p: istatistiksel olarak anlamlılık düzeyi*
*Bu tablodaki analizler için student t test ve ANOVA kullanılmıştır.*

**Tablo 2:** Katılımcıların SSBD ölçeği toplam ve alt boyut puan ortalamaları ve standart sapmaları

| Değişkenler | Ortalama±SS** |
|---|---|
| **SSBD* Ölçek Toplam Puanı** | 4,1±0,7 |
| **SSBD Ölçek Alt Boyutları** | |
| Kalite işaretleri (Yöresel ve Organik) | 4,1±0,8 |
| Mevsime Özgü Gıdalar ve Gıda İsrafından Kaçınma | 4,4±0,9 |
| Hayvan Sağlığı | 3,9±1,2 |
| Et Tüketiminin Azaltılması | 3,1±1,1 |
| Sağlıklı ve Dengeli Beslenme | 4,8±1,0 |
| Yerel Gıda | 3,0±1,1 |
| Düşük Yağ | 4,8±1,1 |

**: Sürdürülebilir ve Sağlıklı Beslenme Davranışları*

***:Standart Sapma*

BKİ sınıflamasına göre katılımcıların %46,2'si normal, %11,4'ü obez kategoride yer almakta olup BKİ gruplarına göre SSBD puanları arasında anlamlı fark bulunmamıştır (p>0,05).

Katılımcıların %65'i sigara, %87'si alkol kullanmadığını belirtmiş; fiziksel aktivite düzeyi çoğunlukla hafif-orta (%54,2) olarak belirlenmiştir. Sağlık durumu, fiziksel aktivite, alkol kullanımı, kronik hastalık varlığı ve ilaç kullanımı ile SSBD puanları arasında anlamlı ilişki bulunmuştur (p<0,05). Katılımcıların %59,2'si sağlık durumunu iyi olarak değerlendirmiş, %22'sinde kronik hastalık saptanmıştır. Ayrıca %17,4'ü düzenli ilaç, %30,1'i vitamin takviyesi kullanmaktadır. Katılımcıların sağlıklı yaşam davranışlarına yönelik bulguların dağılımı ve SSBD ölçek ortalama puanlarının karşılaştırılması Tablo 3'te sunulmuştur.

**Tablo 3:** Katılımcıların sağlıklı yaşam davranışlarına yönelik bulgularının dağılımı ve SSBD ölçek ortalama puanlarının karşılaştırılması

| Değişkenler | Sayı | Yüzde | Ortalama±SS | İstatistik |
|---|---|---|---|---|
| **Sigara Kullanımı** | | | | |
| Evet | 112 | 19,7 | 4,1±0,7 | p>0,005 |
| Ara sıra/sosyal içici | 60 | 10,5 | 4,1±0,7 | |
| Hayır* | 370 | 65,0 | 4,1±0,8 | |
| Bıraktım | 27 | 4,7 | 4,0±0,7 | |
| **Alkol Kullanımı** | | | | |
| Evet | 20 | 3,5 | 3,9±0,9 | **p=0,029** |
| Ara sıra/sosyal içici | 51 | 9,0 | 4,0±0,8 | |
| Hayır | 495 | 87,0 | 4,1±0,7 | |
| Bıraktım | 3 | 0,5 | | |
| **Fiziksel Aktivite Varlığı** | | | | |
| Hayır[a,b] | 239 | 42,0 | 3,9±0,8 | **p=0,001** |
| Hafif Düzey[a] | 208 | 36,6 | 4,3±0,7 | |
| Orta Düzey[b] | 100 | 17,6 | 4,3±0,7 | |
| Ağır Düzey** | 22 | 3,9 | 4,2±0,8 | |
| **Sağlık Durumu Niteliği** | | | | |
| Kötü | 20 | 3,5 | 3,9±0,9 | **p=0,027** |
| Orta[a] | 212 | 37,3 | 4,0±0,8 | |
| İyi[a] | 337 | 59,2 | 4,2±0,7 | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Tanılı Kronik Hastalık Varlığı** | | | | |
| Evet | 125 | 22,0 | 4,3±0,8 | **p=0,017** |
| Hayır | 444 | 78,0 | 4,1±0,7 | |
| **İlaç Kullanımı** | | | | |
| Evet | 99 | 17,4 | 4,3±0,8 | **p=0,006** |
| Hayır | 470 | 82,6 | 4,1±0,7 | |
| **Vitamin Kullanımı** | | | | |
| Evet | 171 | 30,1 | 4,2±0,8 | p>0,05 |
| Hayır | 398 | 69,9 | 4,1±0,7 | |

**: Analizde hayır ve diğer grup katılımcıları tek bir grup halinde değerlendirilmiştir.*

***: Diğer grup değişkenleriyle anlamlı bir ilişkisi yok.*

*a,b: Aynı üst simgeyi taşıyan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark vardır.*

*p: istatistiksel olarak anlamlılık düzeyi; SS: standart sapma*

*Bu tablodaki analizler için student t test ve ANOVA kullanılmıştır.*

Beslenme alışkanlıkları incelendiğinde günlük ana öğün sayısı 2,0±0,6, ara öğün sayısı 1,4±0,5 ve su tüketimi 1,7±0,7 litre olarak belirlenmiştir. Katılımcıların %37,1'i fast-food, %37,4'ü paketli/ dondurulmuş, %25,7'si işlenmiş gıda tüketmediğini ifade etmiştir. Bu besinlerin tüketim durumu ile SSBD puanı arasında anlamlı fark saptanmıştır (p=0,01).

Katılımcıların %51,7'si sağlıklı beslenme konusunda kendini yeterli görmektedir. En sık bilgi kaynağı hekim/sağlık personeli (%41,5) olup bunu sosyal medya (%40,8) ve eğitimler (%29,9) izlemektedir. En güvenilir bilgi kaynağı ise %88,2 ile hekim/sağlık personeli olarak bildirilmiştir. Katılımcıların %24,4'ü beslenme ve diyetisyen danışmanlığı almıştır.

Beslenme alışkanlıkları değerlendirildiğinde, katılımcıların günlük ana öğün sayısı ortalama 2,0±0,6, ara öğün sayısı 1,4±0,5 ve su tüketimi 1,7±0,7 litre olarak belirlenmiştir. Katılımcıların %37,1'i fast-food, %37,4'ü dondurulmuş/paketli ve %25,7'si işlenmiş besinleri hiç tüketmediğini bildirmiştir. Bu besinlerin tüketim durumu ile Sürdürülebilir ve Sağlıklı Beslenme Davranışları Ölçeği (SSBD) puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır (p=0,01).

Katılımcıların %51,7'si sağlıklı beslenme konusunda kendini yeterli görmektedir. Sağlıklı beslenmeye ilişkin bilgi kaynağı olarak en sık hekim/sağlık personeli (%41,5) belirtilmiş olup bunu sosyal medya (%40,8), eğitimler (%29,9) ve yakın çevre (%27,4) izlemektedir. En güvenilir bilgi kaynağı ise %88,2 ile hekim/sağlık personeli olarak ifade edilmiştir. Katılımcıların %24,4'ü beslenme ve diyetisyen danışmanlığı almıştır. Katılımcıların beslenme alışkanlıklarının dağılımı ve SSBD ölçeği ortalama puanlarının karşılaştırılması Tablo 4 te sunulmuştur.

Sağlıklı beslenme bilgi kaynağı ile beslenme, diyet ve gıda kaynaklarına güvenme durumu Tablo 5'te sunulmuştur.

**Tablo 4:** Katılımcıların beslenme alışkanlıklarının dağılımı ve SSBD ölçeği ortalama puanlarının karşılaştırılması

| Değişkenler | Sayı | Yüzde | Ortalama±SS | İstatistik |
|---|---|---|---|---|
| **Fast-Food Tüketim Alışkanlığı** | | | | |
| Hiç[a,b] | 211 | 37,1 | 4,4±0,7 | **p<0,001** |
| Haftada 1-3[a,c] | 310 | 54,5 | 4,0±0,7 | |
| Haftada 3-5[b,c] | 48 | 8,4 | 3,5±0,8 | |
| **Dondurulmuş Besin Tüketim Alışkanlığı** | | | | |
| Hiç[a,b] | 213 | 37,4 | 4,4±0,7 | **p<0,001** |
| Haftada 1-3[a,c] | 319 | 56,1 | 4,0±0,7 | |
| Haftada 3-5[b,c] | 37 | 6,5 | 3,6±0,8 | |

| İşlenmiş, Paketli, Şeker ve Tuzlu Besinlerin Tüketim Alışkanlığı | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Evet[a,b] | 104 | 18,3 | 3,6±0,8 | **p<0,001** |
| Hayır[a,c] | 146 | 25,7 | 4,5±0,8 | |
| Bazen[b,c] | 319 | 56,1 | 4,1±0,7 | |
| **Sağlıklı Beslenme Hakkında Bilgi Varlığı** | | | | |
| Evet[a,b] | 294 | 51,7 | 4,3±0,7 | **p<0,001** |
| Hayır[a,c] | 64 | 11,2 | 3,7±0,8 | |
| Kısmen[b,c] | 211 | 37,1 | 3,9±0,7 | |
| **Diyet Danışmanlığı** | | | | |
| Evet | 139 | 24,4 | 4,2±0,7 | p>0,05 |
| Hayır | 430 | 75,6 | 4,1±0,8 | |

*a,b,c: Aynı üst simgeyi taşıyan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark vardır.*
*p: İstatistiksel olarak anlamlılık düzeyi; SS: standart sapma*
*Bu tablodaki analizler için ANOVA kullanılmıştır. Anlamlı çıkan sonuçlar için post-hoc analizleri yapılmıştır.*

**Tablo 5:** Sağlıklı beslenme bilgi kaynağı ile beslenme, diyet ve gıda kaynaklarına güvenme durumu

| Değişkenler | Sayı | Yüzde |
|---|---|---|
| **Sağlıklı Beslenme Bilgi Kaynağı** | | |
| Hekim/Sağlık Personeli | 236 | 41,5 |
| Okuldaki Eğitimler | 170 | 29,9 |
| Medya/Sosyal Medya | 232 | 40,8 |
| Aile/Arkadaşlar | 156 | 27,4 |
| Diğer | 66 | 11,6 |
| **Beslenme, Diyet ve Gıda Kaynaklarına Güvenme Durumu** | | |
| Hekim/Sağlık Personeli | 502 | 88,2 |
| Okuldaki Eğitimler | 150 | 26,4 |
| Medya/Sosyal Medya | 75 | 13,2 |
| Aile/Arkadaşlar | 83 | 14,6 |
| Diğer | 61 | 10,7 |

Katılımcıların %38'i sürdürülebilir beslenme kavramını daha önce duyduğunu belirtmiştir. Ayrıca %79,4'ü iklim değişikliği ve çevre sorunları hakkında endişe duyduğunu, %75,6'sı ise besinlerin üretim ve işleme süreçlerinin sera gazı emisyonları ile ilişkili olduğunu düşündüğünü ifade etmiştir.

Katılımcıların %53,8'i çoğunlukla besin etiketi okuduğunu bildirmiştir. En sık etiket okunan besin grubu süt ve süt ürünleri (%41,7) olup bunu et ve et ürünleri (%34,0), tahıllar (%16,6) ve meyve-sebzeler (%7,7) takip etmektedir.

Sürdürülebilir beslenme kavramı en çok sağlıklı yaşam (%22,4) ile ilişkilendirilmiş; bunu besin güvenliği (%17,0), mevsimsellik (%16,1), ekonomik erişilebilirlik (%14,0), yerel üretim (%13,4), çevresel etki (%12,4) ve kültürel besinler (%4,7) izlemiştir.

Sürdürülebilir beslenme terimini duyma durumu, iklim değişikliği endişesi, besin etiketi okuma sıklığı ve üretim sürecinin çevresel etkisine ilişkin farkındalık ile SSBD puanı arasında anlamlı ilişki bulunmuştur (tümü için p<0,01).

Katılımcıların sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyleri ve SSBD ölçeği ortalama puan dağılımları Tablo 6'da sunulmuştur.

Besin etiketi türü ve sürdürülebilir beslenmenin temel kavramları Tablo 7'de sunulmuştur.

**Tablo 6:** Katılımcıların sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyleri ve SSBD ölçeği ortalama puan karşılaştırılması

| Değişkenler | Sayı | Yüzde | Ortalama | İstatistik |
|---|---|---|---|---|
| **Sürdürülebilir Beslenme Terimini Duyma Durumu** | | | | |
| Evet | 216 | 38,0 | 4,4±0,7 | **p<0,001** |
| Hayır | 353 | 62,0 | 3,9±0,7 | |
| **İklim Değişikliği, Çevre Sorunları Endişe Durumu** | | | | |
| Evet[a] | 452 | 79,4 | 4,2±0,7 | **p<0,001** |
| Hayır | 61 | 10,7 | 4,0±1,0 | |
| Fikrim Yok[a] | 56 | 9,8 | 3,8±0,7 | |
| **Besin İşleme Süreçlerinin Çevresel Etki Durumu** | | | | |
| Evet[a,b] | 430 | 75,6 | 4,2±0,7 | **p<0,001** |
| Hayır[b] | 62 | 10,9 | 3,9±0,8 | |
| Fikrim Yok[a] | 77 | 13,5 | 3,8±0,7 | |
| **Besin Etiketi Okuma Sıklığı** | | | | |
| Hiç[a,b] | 39 | 6,9 | 3,1±0,7 | **p<0,001** |
| Bazen[a,c] | 224 | 39,4 | 3,9±0,7 | |
| Çoğunlukla[b,c] | 306 | 53,8 | 4,4±0,7 | |

*a,b,c: Aynı üst simgeyi taşıyan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark vardır.*
*p: istatistiksel olarak anlamlılık düzeyi*
*Bu tablodaki analizler için student t test ve ANOVA kullanılmıştır.*

**Tablo 7:** Besin etiketi türü ve sürdürülebilir beslenmenin temel kavramları

| Değişkenler | Sayı | Yüzde |
|---|---|---|
| **Besin Etiketi Türü** | | |
| Et ve Ürünleri | 385 | 34,0 |
| Süt ve Ürünleri | 473 | 41,7 |
| Meyve-Sebze | 87 | 7,7 |
| Tahıl Ürünleri | 188 | 16,6 |
| **Sürdürülebilir Beslenmenin Temel Kavramları** | | |
| Sağlıklı yaşamı teşvik etmeli | 506 | 22,4 |
| Çevresel etkisi düşük olmalı | 279 | 12,4 |
| Yerel ve erişilebilir olmalı | 303 | 13,4 |
| Ekonomik, eşit ve adil dağıl. | 317 | 14,0 |
| Mevsiminde olmalı | 364 | 16,1 |
| Kültürel ve etnik uygunluk | 107 | 4,7 |
| Besin öğesi, güven sağlamalı | 383 | 17,0 |

## Tartışma

Bu çalışmada akademik personelin sürdürülebilir ve sağlıklı beslenme davranışlarının orta düzeyde olduğu saptanmıştır. Yüksek eğitim düzeyine ve akademik unvana sahip bireylerde dahi sürdürülebilir beslenme davranışlarının arzulanan düzeyde olmaması, literatürdeki benzer araştırma bulgularıyla paralellik göstermektedir (10, 11). Bu durum, akademik bilgi düzeyinin tek başına davranış değişimi için yeterli olmadığını göstermektedir.

Alt boyutlar incelendiğinde, sağlıklı ve dengeli beslenme ile düşük yağ tüketimi puanlarının yüksek, buna karşın et tüketiminin azaltılması ve yerel gıda tercihinin daha düşük olduğu görülmüştür. Bu bulgu, literatürde sıklıkla vurgulanan "*sağlık odaklı davranışların çevresel sürdürülebilirlik*

*davranışlarına kıyasla daha kolay benimsenmesi*" eğilimi ile uyumludur (11, 12). 22.000'den fazla katılımcı ile yürütülen bir çalışmada, bireylerin gıda tercihlerinde kişisel sağlık kaygılarının çevresel kaygıların belirgin şekilde önüne geçtiği saptanmıştır ve özellikle et tüketiminin azaltılması gibi davranışların kültürel alışkanlıklar ve bireysel tercihler nedeniyle daha dirençli olduğu bildirilmektedir (12, 13).

Çalışmanın en çarpıcı bulgularından biri, araştırma görevlilerinin profesör, doçent ve doktor öğretim üyesi gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha düşük SSBD puanına sahip olmasıdır. Yaş değişkeni ile SSBD puanı arasındaki pozitif yönlü korelasyon da göz önüne alındığında, genç yaştaki akademisyenlerin sürdürülebilir beslenme davranışlarının daha zayıf olduğu anlaşılmaktadır. Bu durum, akademik kariyerin başında olan genç araştırmacıların yaşadığı yoğun iş yükü, zaman kısıtı, daha düşük gelir düzeyi ve hızlı/hazır gıdaya yönelim gibi karıştırıcı (confounding) sosyo-ekonomik faktörlerle açıklanabilir. Nitekim genç yaş gruplarında çevresel endişe yüksek olsa da pratik yaşamda işlenmiş ve pratik gıdalara erişim kolaylığı davranışa olumsuz yansımaktadır. Bu sonuç, yaş arttıkça çevresel farkındalığın ve sağlık bilincinin artabileceğini bildiren çalışmalarla paralellik göstermektedir (14, 15). Ayrıca fiziksel aktivite, sigara ve alkol kullanımı gibi yaşam tarzı faktörleri ile sürdürülebilir beslenme davranışları arasındaki ilişkiler, sağlıklı yaşam davranışlarının bir bütün olarak ele alınması gerektiğini desteklemektedir. Yapılan çalışmalar yüksek fiziksel aktivite düzeyi ile sürdürülebilir ve sağlıklı yeme davranışlarının pozitif yönlü ilişkisini olduğunu göstermektedir (16). Beslenme alışkanlıkları açısından, işlenmiş ve hazır gıda tüketimi düşük olan bireylerin daha yüksek sürdürülebilir beslenme puanlarına sahip olması dikkat çekicidir. Bu bulgu, daha az işlenmiş gıda tüketiminin hem sağlık hem de çevresel sürdürülebilirlik açısından olumlu etkileri olduğunu gösteren çalışmalarla uyumludur (17, 18). Bununla birlikte, katılımcıların yarısından fazlasının sağlıklı beslenme konusunda kendini yeterli görmesine rağmen davranış puanlarının orta düzeyde kalması, bilgi ile davranış arasındaki boşluğu ortaya koymaktadır.

Katılımcıların yalnızca %38'inin sürdürülebilir beslenme kavramını daha önce duymuş olması önemli bir bulgudur. Buna rağmen çevre ve iklim değişikliği konusunda yüksek düzeyde endişe bildirilmesi, genel çevresel farkındalığın yüksek olmasına karşın bunun beslenme davranışlarına yeterince yansımadığını göstermektedir. Bilgi düzeyi ile davranışsal durumlar birçok çalışmada benzer şekilde zayıf ilişkili bulunmuştur. Literatürde bu durum "*bilgi–davranış açığı*" olarak tanımlanmaktadır ve davranışsal yansımaların artırılması amacıyla sürdürülebilir beslenme eğitimlerinin çok boyutlu planlanması ve sayıca da artırılması gerektiği vurgulanmaktadır (19, 20). Akademik personelin çevresel farkındalığı yüksek olsa da kampüs içerisindeki gıda sunum olanaklarının yetersizliği, sürdürülebilir seçeneklerin pahalı veya ulaşılmaz oluşu (algılanan davranım kontrolünün düşüklüğü) bilginin davranışa dönüşmesini engelleyebilir. Bununla beraber çevresel farkındalık, etiket okuma ve su tüketimi ile SSBD puanları arasında tespit edilen pozitif korelasyonlar, bu değişkenlerin birbirini destekleyen sağlıklı yaşam pratikleri olduğunu da doğrulamaktadır.

Bilgi kaynakları değerlendirildiğinde, sağlık profesyonellerinin en güvenilir kaynak olarak öne çıkması, bu grubun sürdürülebilir beslenme konusunda önemli bir rol oynayabileceğini göstermektedir. Benzer şekilde, eğitim müdahalelerinin beslenme davranışlarını olumlu yönde etkilediği bildirilmiştir (21). Öte yandan sosyal medyanın yaygın bir bilgi kaynağı olması, doğru ve bilimsel içerik üretiminin önemini ortaya koymaktadır (22).

Etiket okuma alışkanlığı ile sürdürülebilir beslenme davranışları arasındaki pozitif ilişki, bilinçli tüketici davranışlarının sürdürülebilirlik ile yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca besin üretim süreçlerinin çevresel etkilerine yönelik farkındalığın davranış puanları ile ilişkili bulunması, bilgi ve farkındalığın davranış değişiminde kritik rol oynadığını desteklemektedir (23).

***Çalışmanın Güçlü Yönleri***

Bu çalışma; sağlık, fen ve sosyal bilimler dahil olmak üzere altı farklı fakülteden geniş bir akademik personel örneklemini kapsaması, çok aşamalı tabakalı örnekleme metodolojisi ve geçerliği kanıtlanmış ölçme araçları ile sürdürülebilir beslenmeyi multidisipliner bir yaklaşımla

değerlendirmesi açısından güçlü bir literatür katkısı sunmaktadır.

***Çalışmanın Kısıtlılıkları***

Araştırmanın birtakım kısıtlılıkları mevcuttur. İlk olarak, çalışmanın tek bir üniversitede yürütülmüş olması bulguların ülke genelindeki tüm akademisyenlere genellenmesini sınırlandırmaktadır. İkinci olarak, tasarımın kesitsel olması nedeniyle değişkenler arasında nedensel çıkarımlar yapılamamaktadır. Üçüncü olarak, antropometrik ölçümler ile beslenme alışkanlıklarının öz bildirime (self-report) dayalı toplanması, yanıtlayıcıların sosyal beğenirlik yanlılığına (social desirability bias) veya hatırlama yanlılığına dayalı beyanda bulunmuş olabileceğini düşündürmektedir. Son olarak, hedeflenen örneklem çerçevesinde %16'lık ulaşılamayan bir grubun bulunması, yanıt vermeme yanlılığı (non-response bias) olasılığını beraberinde getirmektedir. Son olarak, akademik unvan ile yaş değişkenleri arasındaki yüksek doğrusallık ve karıştırıcı etki nedeniyle, bu iki değişkenin sürdürülebilir beslenme davranışı üzerindeki bağımsız etkileri çok değişkenli modellerle tam olarak ayrıştırılamamıştır. Gelecek araştırmalarda daha geniş örneklemlerde bu karıştırıcı faktörlerin denetlendiği çok değişkenli modellemelerin yapılması önerilmektedir.

## Sonuç ve Öneriler

Bu araştırma, akademik personelin sürdürülebilir ve sağlıklı beslenme davranışlarının genel olarak orta düzeyde olduğunu; ancak davranışların boyutlarına göre belirgin farklılıklar gösterdiğini ortaya koymuştur. Katılımcıların kişisel sağlık odaklı yeme davranışları (sağlıklı/dengeli beslenme, düşük yağ tüketimi) daha yüksek iken, çevresel sürdürülebilirliğe doğrudan katkı sağlayan "*et tüketiminin azaltılması*" ve "*yerel gıda tercihi*" gibi davranış boyutlarının görece en düşük düzeyde kaldığı saptanmıştır. Ayrıca, yaş ve kıdemle paralel olarak akademik unvan grupları arasında fark bulunduğu; özellikle Araştırma Görevlilerinin sürdürülebilir beslenme davranış puanlarının diğer tüm unvan gruplarından anlamlı derecede düşük olduğu belirlenmiştir. Yüksek çevre endişesi ve farkındalığına rağmen pratik yansımaların sınırlı kalması, bilgi ile davranış arasındaki boşluğun kapatılmasına dönük somut adımların atılması gerektiğini göstermektedir.

Elde edilen bulgular ışığında, bireysel farkındalığı artırmanın ötesinde kurumsal, uygulanabilir ve hedef kitlesi belirgin şu öneriler sunulmaktadır:

***Kurumsal Yemek Hizmetleri ve Menü Politikasının Revizyonu:*** Üniversite Rektörlüğü, Sağlık Kültür ve Spor Daire Başkanlığı ile Beslenme/Diyetetik uzmanları iş birliğinde; kampüs yemekhanelerinde ve sosyal tesislerde hayvansal kaynaklı gıda tüketimini kademeli azaltmaya dönük "*Bitkisel Temelli / Vejetaryen Menü*" alternatifleri (örneğin haftanın belirlenen bir gününde vejetaryen menü seçeneği) sunulmalı; yemekhanelerdeki menü panolarında gıdaların karbon ve su ayak izi etiketlerine yer verilmelidir.

***Genç Akademisyenlere Yönelik Hedefli Eğitim Modülleri:*** Davranış puanları anlamlı düzeyde düşük bulunan Araştırma Görevlilerine yönelik olarak, üniversite genelindeki akademik oryantasyon ve hizmet içi eğitim programlarına "*Sürdürülebilir Yaşam ve Eko-Kampüs Farkındalığı*" e-öğrenme modülleri entegre edilmelidir.

***Yerel Gıdaya Erişim İmkânlarının Artırılması:*** Yerel ve mevsimsel gıda tercih puanlarının düşüklüğü dikkate alınarak, akademisyenlerin ve öğrencilerin taze/yerel ürünlere doğrudan erişimini kolaylaştıracak kampüs içi üretici pazarlarının (çiftçi pazarı) periyodik olarak kurulması teşvik edilmelidir.

***Sağlık Profesyonelleri ve İletişim Kanallarının Kullanımı:*** Katılımcıların en güvenilir bilgi kaynağı olarak hekim ve sağlık personelini bildirmesi göz önüne alınarak, kurum içi iş sağlığı birimleri ve halk sağlığı uzmanları öncülüğünde kanıta dayalı sürdürülebilir beslenme rehberleri hazırlanmalı; sosyal medyadaki bilgi kirliliğinin önüne geçecek bilimsel içerikler üniversite iletişim kanallarınca yaygınlaştırılmalıdır.

***Gelecek Araştırmalara Yönelik Öneriler:*** Mevcut çalışmanın kesitsel tasarımından kaynaklanan nedensellik sınırları gözetilerek, gelecekte yapılacak araştırmaların değişkenler arasındaki nedensel bağları ortaya koyabilecek boylamsal tasarımlarla yürütülmesi; ayrıca bilgi-davranış açığını kapatmayı hedefleyen müdahale odaklı randomize kontrollü çalışmaların ve çok merkezli araştırmaların planlanması önerilmektedir.

## Destekleyen kurum

Bulunmamaktadır.

## Etik beyan

Çalışma için ilgili etik kurul Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan B.30.2.ATA.0.01.00/60 no ile alınmıştır.

## Yazar katkıları

Kavramsallaştırma: ZK, SV. Veri düzenleme: AK, ED. Biçimsel çözümleme: ZK, ED, AK, SV. Araştırma: AK, ZK, SV, ED. Yazım (özgün kaynak, gözden geçirme ve düzenleme): ZK, ED, AH, SV.

## Çıkar çatışması beyanı

Bu çalışmada çıkar çatışması bulunmamaktadır.

## Kaynakça

1. Gussow JD, Clancy KL. Dietary guidelines for sustainability. J Nutr Educ. 1986;18:1-5.
2. Şahin Bayram S, Kızıltan G. The Correlation between Knowledge of Food Sustainability, Sustainable Eating Attitudes, and Adherence to the Mediterranean Diet among Blue- and White-Collar Employees. Sustainability. 2024;16(19):8644.
3. Crippa M, Solazzo E, Guizzardi D, Monforti-Ferrario F, Tubiello FN, Leip A. Food systems are responsible for a third of global anthropogenic GHG emissions. Nat food. 2021;2(3):198-209.
4. Zenzano T, Allan JD, Bigley MB, Bushardt RL, Garr DR, Johnson K, et al. The roles of healthcare professionals in implementing clinical prevention and population health. Am J Prev Med. 2011;40(2):261-7.
5. Busquets P, Segalas J, Gomera A, Antúnez M, Ruiz-Morales J, Albareda-Tiana S, et al. Sustainability education in the Spanish higher education system: faculty practice, concerns and needs. Sustainability. 2021;13(15):8389.
6. Gaspar MCdMP, Celorio-Sardà R, Comas-Basté O, Latorre-Moratalla ML, Aguilera M, Llorente-Cabrera GA, et al. Knowledge and perceptions of food sustainability in a Spanish university population. Front Nutr. 2022; 9:970923.
7. Irazusta-Garmendia A, Orpí E, Bach-Faig A, González Svatetz CA. Food Sustainability Knowledge, Attitudes, and Dietary Habits among Students and Professionals of the Health Sciences. Nutrients. 2023;15(9):2064.
8. Żakowska-Biemans S, Pieniak Z, Kostyra E, Gutkowska K. Searching for a measure integrating sustainable and healthy eating behaviors. Nutrients. 2019;11(1):95.
9. Köksal E, Bilici S, Çitar Daziroğlu ME, Erdoğan Gövez N. Validity and Reliability of the Turkish Version of the Sustainable and Healthy Eating Behaviors Scale. Br J Nutr. 2023;129(8):1398-404.
10. Atar A, Güldemir HH. Sustainable Nutrition Knowledge and Behaviours in Highly Educated Adults: A Cross-Sectional Study. Malawi Med J. 2025;37(2):100-8.
11. Clonan A, Wilson P, Swift JA, Leibovici DG, Holdsworth M. Red and processed meat consumption and purchasing behaviours and attitudes: impacts for human health, animal welfare and environmental sustainability. Public Health Nutr. 2015;18(13):2446-56.
12. Péneau S, Fassier P, Allès B, Kesse-Guyot E, Hercberg S, Méjean C. Dilemma between health and environmental motives when purchasing animal food products: sociodemographic and nutritional characteristics of consumers. BMC Public Health. 2017;17:876.
13. Allès B, Baudry J, Méjean C, Touvier M, Péneau S, Hercberg S, et al. Comparison of Sociodemographic and Nutritional Characteristics between Self-Reported Vegetarians, Vegans, and Meat-Eaters from the NutriNet-Santé Study. Nutrients. 2017;9(9):1023.
14. Öner N, Durmuş H, Yaşar Fırat Y, Borlu A, Özkan N. Sustainable and healthy eating behaviors and environmental literacy of generations X, Y and Z with the same ancestral background: A descriptive cross-sectional study. Sustainability. 2024;16(6):2497.
15. Karabey Y T, BOY Y. Awareness on climate change among generations X, Y and Z: Cross-sectional and descriptive study. Turkiye Klinikleri J Health Sci. 2022;7:620-8.
16. Küçükcankurtaran S. Üniversite öğrencilerinde sürdürülebilir ve sağlıklı yeme davranışları ile fiziksel aktivite durumlarının değerlendirilmesi. Sağlık Bilim Değer. 2024;14(1):39-45.
17. Şahan EŞ, Aytulu T. Genç Erişkinlerde Sürdürülebilir Gıda Okuryazarlığı, Ultra İşlenmiş Gıda Tüketimi ve Beden Kütle İndeksi İlişkisi. Gümüşhane Univ Sağlık Bilim Derg. 2025;14(3):920-31.
18. Ekici EM, Eroğlu FE, Mengi Çelik Ö. Association between ultra-processed food consumption, carbon footprint awareness and sustainable and healthy

eating behaviors in adult: a cross-sectional study. BMC Public Health. 2025;25(1):3283.
19. Yeşildemir Ö. Yetişkin bireylerde sürdürülebilir ve sağlıklı yeme davranışları ile e-sağlıklı beslenme okuryazarlığı ve beslenme bilgi düzeyi arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. Celal Bayar Univ Sağlık Bilim Enst Derg. 2023;10(3):250-60.
20. Hanna AC, Bond MJ. Relationships between family conflict, perceived maternal verbal messages, and daughters' disturbed eating symptomatology. Appetite. 2006;47(2):205-11.
21. Menor-Rodriguez MJ, Cortés-Martín J, Rodríguez-Blanque R, Tovar-Gálvez MI, Aguilar-Cordero MJ, Sánchez-García JC. Influence of an educational intervention on eating habits in school-aged children. Children (Basel). 2022;9(4):574.
22. Spillman LN, Madden AM, Richardson H, Imamura F, Jones D, Nash M, et al. Nutritional intake after liver transplant: systematic review and meta-analysis. Nutrients. 2023;15(11):2487.
23. Bulak C, Özçelik Ersü D. Ebeveynlerin besin etiketi okuma alışkanlıkları ve besin seçiminde etkili faktörlerin belirlenmesi üzerine bir araştırma. Sağlık Yaşam Bilim Derg. 2023;5(3):123-30.