

**T.C.**  
**HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**BESLENME VE DİYETETİK ANABİLİM DALI**



**SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN**  
**SÜRDÜRÜLEBİLİR BESLENME BİLGİ DÜZEYLERİ İLE BESİN**  
**SATIN ALMA DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ**

**GONCAGÜL ULCAY**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**GAZİANTEP**

**2025**



LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
YÜKSEK LİSANS TEZ KABUL VE ONAY FORMU

Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi **Goncagül Ulçay** tarafından hazırlanan “SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN SÜRDÜRÜLEBİLİR BESLENME BİLGİ DÜZEYLERİ İLE BESİN SATIN ALMA DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ” başlıklı tez, **16/01/2025** tarihinde yapılan savunma sınavı sonucu **başarılı** bulunarak jürimiz tarafından **Yüksek lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.

<u>Görevi</u>	<u>Unvanı, Adı ve Soyadı</u>	<u>Kurumu/Üniversitesi</u>	<u>İmzası:</u>
<b>Tez Danışmanı</b>	Dr. Öğr. Üyesi Mustafa Anıl ERBAĞCI	Hasan Kalyoncu Üniversitesi	
<b>Jüri Başkanı</b>	Prof.Dr. Yasemin BEYHAN	Hasan Kalyoncu Üniversitesi	
<b>Jüri Üyesi</b>	Dr. Öğr. Üyesi Çağdaş Salih MERİÇ	Gaziantep Üniversitesi	

**Bu tez Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulu kararı ile onaylanmıştır.**

Doç.Dr.Ufuk AKBAŞ  
Enstitü Müdürü

## TEZ BİLDİRİMİ

Bu tezdeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edildiğini ve tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada bana ait olmayan her türlü ifade ve bilginin kaynağına eksiksiz atıf yapıldığını bildiririm.

## DECLARATION PAGE

I hereby declare that all information in this document has been obtained and presented in accordance with academic rules and ethical conduct. I also declare that, as required by these rules and conduct, I have fully cited and referenced all material and results that are not original to this work.

İmza:

Goncagül ULCAY

Tarih: 05/02./2025

HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
BESLENME VE DİYETETİK ANABİLİM DALI

SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN  
SÜRDÜRÜLEBİLİR BESLENME BİLGİ DÜZEYLERİ İLE BESİN  
SATIN ALMA DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ

GONCAGÜL ULCAY

Hasan Kalyoncu Üniversitesi

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliğinin

Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı'nın

Tezli Yüksek Lisans Programı İçin Öngördüğü

YÜKSEK LİSANS TEZİ

olarak hazırlanmıştır.

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Mustafa Anıl ERBAĞCI

GAZİANTEP

2025

## TEŞEKKÜR

Tezimin hazırlanması sürecinde; konu seçiminden sonuçlandırılmasına kadar her aŐamada bilgi birikimi, tecrübesi, rehberliği, sabrı ve desteğiyle bana yol gĐsteren değerli tez danıŐmanım Sayın Dr. Öğr. Üyesi Mustafa Anıl ERBAĞCI'ya

Anket verilerinin toplanması sürecinde öğrencilere ulaşmam konusunda desteklerini esirgemeyen başta danışman hocam olmak üzere, Sağlık Bilimleri Fakóltesinin kıymetli hocalarına,

ÇalıŐmama katılmayı kabul ederek anketi büyük bir sabır ve gönüllülikle yanıtlayan tüm öğrencilere,

EĞitim hayatım boyunca her an yanımda olan, bana her türlü desteği sunan canım aileme,

Yüksek lisans eğitimim boyunca bilimsel çalıŐmalarımı sürdürebilmem adına sağladıkları maddi destekle yanımda olan TÜBİTAK Bilim İnsanı Destek Programları Başkanlığı (BİDEB) 2211-Yurt İçi Lisansüstü Burs Programı'na,

Sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Goncagül ULÇAY

Gaziantep - 2025

## ÖZET

**Goncagül ULCA Y, Sağlık Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Sürdürülebilir Beslenme Bilgi Düzeyleri ile Besin Satın Alma Davranışları Arasındaki İlişki, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beslenme ve Diyetetik Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep, 2025.** Bu çalışmanın amacı, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyleri ile besin satın alma davranışları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırma Kasım-Aralık 2024 tarihleri arasında Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim görmekte olan 199 (%83,2) kadın ve 40 (%16,7) erkek olmak üzere toplam 239 gönüllü öğrenciye uygulanmıştır. Bu sayının (katılımcıların) 97'si (%40,6) Beslenme ve Diyetetik, 82'si (%34,3) Hemşirelik ve 60'ı (%25,1) ise Fizyoterapi ve Rehabilitasyon bölümü öğrencilerinden oluşmaktadır. Anket formu ile öğrencilerin genel bilgileri, beslenme alışkanlıkları ve sürdürülebilir beslenmeye ilişkin bilgi düzeyleri belirlenmiştir. Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranış Ölçeği (SBYDÖ) ve Besin Satın Alma Davranışları Ölçeği (BSADÖ) uygulanmıştır. Öğrencilerin yaş ortalaması  $21,3 \pm 1,7$  yıldır. Öğrencilerin %51,6'sının sürdürülebilir beslenme kavramını daha önceden duyduğunu beyan etmiştir. Sürdürülebilir beslenmeye yönelik davranış ölçeği puanları, erkeklerin ölçek toplam puanı  $82,9 \pm 20,6$ , kadınların ise  $95,6 \pm 18,6$  olarak daha yüksek bulunmuştur ( $p < 0,001$ ). Sürdürülebilir beslenmeye yönelik davranış ölçeğinin toplam puanı incelendiğinde de Beslenme ve Diyetetik bölümünün ( $96,5 \pm 17,3$ ) diğer bölümler ile (Hemşirelik:  $92,2 \pm 21,9$ ; FTR  $90,2 \pm 18,9$ ) benzer olduğu saptanmıştır ( $p > 0,05$ ). Sürdürülebilir beslenmeye yönelik bilgi düzeyinin besin satın alımı üzerine pozitif ve anlamlı ilişkiler gösterdiği belirlenmiştir ( $r = 0,715$ ,  $p < 0,001$ ). Sonuç olarak bireylerin sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyi arttıkça, çevreye duyarlı ve sürdürülebilir gıda seçimleri yapma olasılığı da artmaktadır. Bu çalışma, sürdürülebilir beslenme ve besin satın alma davranışları arasındaki ilişkiyi anlamamıza yardımcı olarak, gelecekteki araştırmalara katkı sağlayacaktır.

**Anahtar Kelimeler:** Sürdürülebilir beslenme, sürdürülebilir besin, besin satın alma.

**HASAN KALYONCU UNIVERSITY  
GRADUATE EDUCATION INSTITUTE  
DEPARTMENT of NUTRITION and DIETETICS**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SUSTAINABLE NUTRITION  
KNOWLEDGE LEVELS and FOOD PURCHASING BEHAVIORS of  
FACULTY of HEALTH SCIENCES STUDENTS**

**Goncagül ULCA Y**

**MASTER**

**Advisor  
Asst. Prof. Mustafa Anıl ERBAĞCI**

**ABSTRACT**

**Goncagül ULCA Y, The Relationship Between Sustainable Nutrition Knowledge Levels and Food Purchasing Behaviors of Faculty of Health Sciences Students, Hasan Kalyoncu University, Graduate Education Institute, Postgraduate thesis in Nutrition and Dietetics. Gaziantep, 2025.** The aim of this study is to examine the relationship between the level of knowledge on sustainable nutrition and food purchasing behaviors of students at the Faculty of Health Sciences, Hasan Kalyoncu University. The research was conducted with a total of 239 voluntary students, including 199 (83.2%) females and 40 (16.7%) males, who were studying at the Faculty of Health Sciences, Hasan Kalyoncu University, between November and December 2024. This number of participants consists of 97 (40.6%) students from the Department of Nutrition and Dietetics, 82 (34.3%) students from the Department of Nursing, and 60 (25.1%) students from the Department of Physiotherapy and Rehabilitation. The questionnaire was used to determine the students' general information, dietary habits, and their level of knowledge regarding sustainable nutrition. The Sustainable Nutrition Behavior Scale (SNBS) and the Food Purchasing Behavior Scale (FPBS) were applied. The mean age of the students is  $21.3 \pm 1.7$  years. It was determined that 51.6% of the students had previously heard of the concept of sustainable nutrition. The scores on the Sustainable Eating Behavior Scale were higher for females ( $95.6 \pm 18.6$ ) compared to males ( $82.9 \pm 20.6$ ), with a statistically significant difference ( $p < 0.001$ ). Upon examining the total score of the Sustainable Eating Behavior Knowledge Scale, it was found that the Department of Nutrition and Dietetics ( $96.5 \pm 17.3$ ) had similar scores to other departments (Nursing:  $92.2 \pm 21.9$ ; Physical Therapy and Rehabilitation:  $90.2 \pm 18.9$ ), with no statistically significant difference ( $p > 0.05$ ). It was determined that the level of knowledge about sustainable nutrition showed a positive and significant relationship with food purchasing ( $r = 0.715$ ,  $p < 0.001$ ). Consequently, as individuals' knowledge of sustainable eating increases, the probability of making environmentally responsible and sustainable food choices also increases. This study will contribute to future research by helping us understand the relationship between sustainable nutrition and food purchasing behavior.

**Keywords:** Sustainable nutrition, sustainable food, purchasing food.

## İÇİNDEKİLER

<b>TEŞEKKÜR.....</b>	<b>i</b>
<b>ÖZET.....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>iii</b>
<b>İÇİNDEKİLER.....</b>	<b>iv</b>
<b>TABLO DİZİNİ.....</b>	<b>vi</b>
<b>SİMGELER VE KISALTMALAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>1. GİRİŞ.....</b>	<b>1</b>
1.1. Konunun Önemi ve Problemin Tanımı.....	1
1.2. Çalışmanın Amacı.....	2
1.3. Çalışmanın Önemi.....	2
1.4. Araştırmanın Hipotezleri.....	3
<b>2. GENEL BİLGİLER.....</b>	<b>4</b>
2.1. Sürdürülebilirlik Kavramı.....	4
2.2. Sürdürülebilir Beslenme.....	5
2.3. Küresel Isınma, Sera Gazı ve Besinler.....	6
2.4. Besin Satın Alma Davranışlarını Etkileyen Faktörler.....	9
2.5. Sürdürülebilir Beslenme ve Tüketici Davranışları.....	12
<b>3. MATERYAL VE YÖNTEM.....</b>	<b>16</b>
3.1. Araştırmanın Yeri, Zamanı ve Örneklem Seçimi.....	16
3.2. Araştırmanın Etik Yönü.....	16
3.3. Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	16
3.4. Veri Toplama Gereçleri.....	17
3.4.1. Anket Formu.....	17
3.4.2. Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranış Ölçeği.....	17
3.4.3. Besin Satın Alma Davranışları Ölçeği.....	18
3.5. Araştırmanın Uygulanması.....	18
3.6. İstatistiksel Analiz.....	18
<b>4. ARAŞTIRMA BULGULARI.....</b>	<b>20</b>
4.1. Bireylerin Genel Özellikleri.....	20
4.2. Bireylerin Egzersiz ve Beslenme Alışkanlıkları.....	25
4.3. Bireylerin Sürdürülebilir Beslenme Bilgi Durumu.....	28
4.4. Bireylerin Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranış Ölçeği Puanları.....	29
4.5. Bireylerin Besin Satın Alma Davranışları Ölçeği Puanları.....	30
4.6. Bireylerin Sürdürülebilir Beslenme Bilgi Düzeyleri ve Besin Satın Alma Davranışları Arasındaki Korelasyon.....	32
<b>5. TARTIŞMA.....</b>	<b>37</b>

5.1. Öğrencilerin Genel Özelliklerinin Değerlendirilmesi .....	38
5.2. Öğrencilerin Egzersiz ve Beslenme Alışkanlıkları.....	41
5.3. Öğrencilerin Sürdürülebilir Beslenme Bilgi Durumu .....	43
5.4. Öğrencilerin Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranış Ölçeği Puanları.....	44
5.5. Öğrencilerin Besin Satın Alma Davranışları Ölçeği Puanları .....	46
<b>6. SONUÇ VE ÖNERİLER .....</b>	<b>50</b>
6.1. Sonuçlar .....	50
6.2. Öneriler.....	54
6.3. Çalışmanın Sınırlılıkları .....	56
<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>57</b>
<b>EKLER .....</b>	<b>69</b>
Ek 1. Etik Kurul Kararı.....	69
Ek 2. Rektörlük Uygulama İzni .....	69
Ek 3. Gönüllüleri Bilgilendirme ve Olur (Rıza) Formu .....	69
Ek 4. Anket Formu .....	71
Ek 5. Ölçek Kullanım İzni .....	76
<b>ÖZGEÇMİŞ .....</b>	<b>77</b>

## TABLO DİZİNİ

<b>Tablo 2. 1.</b> Sürdürülebilir Beslenmenin Olumlu Etkileri.....	6
<b>Tablo 2. 2.</b> Bazı Besinlerin Sera Gazı Etkileri.....	7
<b>Tablo 2. 3.</b> Besin Satın Alma Davranışlarını Etkileyen Durumlar .....	11
<b>Tablo 4. 1.</b> Bireylerin Genel Özellikleri.....	21
<b>Tablo 4. 2.</b> Bireylerin sağlık durumuna ilişkin bilgileri.....	22
<b>Tablo 4. 3.</b> Bireylerin sigara ve alkol kullanma durumları .....	24
<b>Tablo 4. 4.</b> Bireylerin egzersiz yapma alışkanlıkları.....	25
<b>Tablo 4. 5.</b> Bireylerin beslenme alışkanlıkları .....	26
<b>Tablo 4. 6.</b> Bireylerin besin desteği kullanım durumlarına göre dağılımı .....	27
<b>Tablo 4. 7.</b> Bireylerin sürdürülebilir beslenme üzerine bilgi durumu.....	28
<b>Tablo 4. 8.</b> Bireylerin cinsiyete göre Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranış Ölçeği puanları.....	29
<b>Tablo 4. 9.</b> Bireylerin bölümlerine göre Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranış Ölçeği puanları.....	30
<b>Tablo 4. 10.</b> Bireylerin cinsiyete göre Besin Satın Alma Davranışları Ölçeği puanları	30
<b>Tablo 4. 11.</b> Bireylerin bölümlerine göre Besin Satın Alma Davranışları Ölçeği puanları .....	31
<b>Tablo 4. 12.</b> Beslenme ve Diyetetik grubu bireylerin Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranışları Ölçeği ve Besin Satın Alma Davranışları Ölçeği puanları arasındaki ilişki .....	33
<b>Tablo 4. 13.</b> Hemşirelik grubu bireylerin Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranış Ölçeği ve Besin Satın Alma Davranışları Ölçeği puanları .....	34
<b>Tablo 4. 14.</b> Fizyoterapi ve Rehabilitasyon grubu bireylerin Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranış Ölçeği ve Besin Satın Alma Davranışları Ölçeği puanları arasındaki ilişki .....	35
<b>Tablo 4. 15.</b> Bireylerin Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranış Ölçeği ve Besin Satın Alma Davranış Ölçeği puanları arasındaki ilişki.....	36

## SİMGELER VE KISALTMALAR

<b>ASM</b>	: Aile Sağlığı Merkezi
<b>BM</b>	: Birleşmiş Milletler
<b>CFC</b>	: Kloroflorokarbon
<b>CO<sub>2</sub></b>	: Karbondioksit
<b>CO<sub>2e</sub></b>	: Karbondioksit Eşdeğeri
<b>COVID-19</b>	: Corona Virus Disease 2019
<b>CH<sub>4</sub></b>	: Metan
<b>GHGE</b>	: Sera Gazı Salınımları
<b>EAT-Lancet diyeti</b>	: Evrensel Sağlıklı Referans Diyeti
<b>FAO</b>	: Gıda ve Tarım Örgütü
<b>NO</b>	: Azot Oksit
<b>PKOS</b>	: Polikistik Over Sendromu
<b>UNEP</b>	: Birleşmiş Milletler Çevre Programı
<b>WHO</b>	: Dünya Sağlık Örgütü

# 1. GİRİŞ

## 1.1. Konunun Önemi ve Problemin Tanımı

Dünyamızda, 2050 yılına kadar 10 milyardan fazla insanın yaşayacağı öngörülmektedir. Sınırlı kaynaklara sahip bir dünyada, artan nüfusun beslenmesindeki sürekliliği sağlamak çözülmesi gereken bir sorundur. Mevcut gıda sistemleri, dünya nüfusunu beslemekte zorlanmakta ve bu durum hem mevcut neslin hem de gelecekteki nesillerin kendi ihtiyaçlarını karşılayabilme becerilerini riske atmaktadır. Bu durum; gıda güvencesizliği, olumsuz sağlık etkileri ve çevresel zararlara yol açmaktadır (1).

Sürdürülebilirlik; iklim değişikliği, küresel ısınma ve dünyanın gelecekte de yaşanabilir olma durumu ile yakından bağlantılı bir toplumsal olgudur. Temel hedef, yeryüzündeki kısıtlı kaynakları daha verimli kullanarak gelecek kuşakların beslenme ihtiyaçlarını karşılayabilecekleri daha sürdürülebilir bir dünya sağlamaktır (2). Sürdürülebilir beslenme, Gıda ve Tarım Örgütü (FAO) tarafından; hem gıda güvencesi hem de gıda güvenliğini sağlayan, mevcut ve gelecek nesillerin sağlıklı bir yaşam sürmesine katkıda bulunan ve çevresel etkisi düşük beslenme biçimleri olarak tanımlanmaktadır. Bu tür beslenme biçimleri; besleyici, güvenli ve sağlıklı olmasının yanı sıra kültürel olarak benimsenebilir, ekonomik açıdan adil, erişilebilir ve uygun maliyetlidir. Ayrıca biyolojik çeşitliliğin, ekosistemlerin korunmasına ve doğal kaynakların en verimli şekilde kullanılmasına katkı sağlamaktadır (3).

İnsanların beslenme alışkanlıkları, beslenme konusundaki bilgileriyle doğrudan bağlantılıdır (4). Bireylerin gıda seçimlerini etkileyen faktörlerin anlaşılması önemlidir. Çünkü bu seçimlerdeki değişikliklerin çevresel sorunları en aza indirgeyeceği düşünülmektedir. Tercihleri etkileyen etmenlerin belirlenmesi, sürdürülebilir diyetlerin daha yaygın bir şekilde benimsenmesine yardımcı olacaktır. Diyet, çevre ve sağlık arasındaki ilişkilerin daha iyi anlaşılması; sürdürülebilir bir beslenme biçiminin küresel ölçekte benimsenmesi açısından büyük önem taşımaktadır (5). Sürdürülebilir beslenme, günümüzde oldukça gündemde bir konu olsa da çoğu insanın bu kavramla ilgili ne düzeyde bilgi sahibi olduğu belirsizdir. Çeşitli yaş gruplarındaki bireylerin sürdürülebilir beslenme ve çevresel etkiler hakkındaki bilgi düzeyleri ile gıda sürdürülebilirliğine katkıda bulunma ve besin satın alma konusundaki bilinç düzeyleri, araştırılması gereken önemli bir konudur (6).

Günlük besin seçimlerimiz, doğa üzerinde önemli ölçüde etkilidir. Fakat, birçok tüketicinin besin satın alım davranışının çevreye olan etkisinin bilincinde olmadığı

görülmektedir. Besin tercihleri, genellikle bir alışkanlık şekline dönüşmekte ve birçok faktörden etkilenmektedir. Tüketicilerin besin ile ilgili bilgi düzeyleri bu etkenlerden sadece bir tanesidir fakat tüketicilerin besin ile ilgili bilgi düzeylerinin besin satın alırken doğru tercihler yapmak için yeterli olup olmadığı merak konusudur (7).

Bu araştırmanın yapılmasına neden olan temel problem, üniversite öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyleri ile besin satın alma davranışları arasındaki ilişkinin henüz tam olarak bilinmemesidir. Bu araştırma ile bu ilişkiyi ortaya koymak ve üniversite öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme bilgi düzeylerini artırmak için öneriler geliştirmek amaçlanmaktadır (5).

## **1.2. Çalışmanın Amacı**

Bu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyleri ile besin satın alma davranışları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Sürdürülebilir beslenme hem kişisel hem de küresel sağlık açısından büyük bir öneme sahiptir. Ancak, üniversite öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme konusunda ne kadar bilgiye sahip olduğu ve bu bilginin besin satın alma davranışlarına nasıl yansıdığı konusunda yeterli bilgi bulunmamaktadır. Bu durum, öğrencilerin sağlıklı ve sürdürülebilir beslenme alışkanlıkları geliştirmesini engelleyebilir. Bu araştırma, bu bilgi boşluğunu doldurmayı amaçlamaktadır (5).

Literatür incelemesi yapıldığında sürdürülebilir beslenme ile ilgili ülkemizde sınırlı sayıda çalışma mevcuttur. Bu çalışma, günümüzde giderek popüler haline gelen sürdürülebilir beslenme ile ilgili farkındalığın artması ve literatüre katkı sağlamak için Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesinde lisans düzeyinde eğitimine devam eden öğrencilerin sürdürülebilir beslenme hakkındaki davranışlarının ve bilgi düzeylerinin değerlendirilmesi ile bunların besin satın alırken tercihleri üzerindeki ilişkisinin incelenmesi amacıyla planlanmıştır.

## **1.3. Çalışmanın Önemi**

Teorik olarak bu çalışma, sürdürülebilir beslenme ve besin satın alma davranışları arasındaki ilişkiyi daha iyi anlamamızı sağlayacak bir çerçeve sunacaktır. Bu, gelecekteki araştırmalar için bir temel oluşturabilir ve sürdürülebilir beslenme konusunda daha etkili eğitim programları ve politikalar geliştirmemize yardımcı olacaktır. Bu çalışma aynı zamanda besin satın alma davranışlarını etkileyen faktörler

hakkında daha fazla bilgi sunarak sağlıklı ve sürdürülebilir beslenme alışkanlıklarının teşvik edilmesine yardımcı olacaktır. Bu teşvik için yeni kampanyalar ve programlar geliştirilebilir. Bu kampanyalar ve programlar, sürdürülebilir beslenmenin önemini ve faydalarını daha etkili bir şekilde anlatarak sürdürülebilir beslenmeye uygun besinlerin satın alınmasını artırmaya yardımcı olacaktır.

#### **1.4. Araştırmanın Hipotezleri**

H1: Üniversite öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyleri ile besin satın alma davranışları arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H2: Üniversite öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyleri arttıkça besin satın alma davranışları olumlu yönde gelişmektedir.

H3: Üniversite öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyleri farklı gruplar arasında farklılık göstermektedir.

## 2. GENEL BİLGİLER

Küresel nüfusun artması ile yaşamın temel gereksinimi olan gıdaya oluşan talep gün geçtikçe artmaktadır. Dünya'nın doğal kaynakları azalırken, sağlıklı ve sürdürülebilir gıda kaynaklarına olan ihtiyaç artış göstermektedir. Gıda güvenliği alanında son yıllarda ilerleme kaydedilmiş olsa da COVID-19 (Corona Virus Disease 2019) salgını ve depremler gibi felaketler bu durumu daha da karmaşık hale getirmiş ve gıdaya erişimin yanı sıra güvenliğin ne kadar kritik olduğunu açıkça ortaya koymuştur. Bu durum, Dünya' nın birçok bölgesinde karşılaşılan önemli bir problem olarak görülmektedir (8).

### 2.1. Sürdürülebilirlik Kavramı

Dünya nüfusunun artmaya devam etmesi ve insan ömrünün uzamasıyla birlikte sürdürülebilir kalkınma ihtiyacı, tüm yaş gruplarında sağlık ve refahı desteklemek konusunda önemli zorluklar çıkartmaktadır (9). İklim, toprak ve su kullanımı ile hava kirliliği konusunda son yüzyılda yaşanan küresel olumsuz gelişmeler; sistemleri sürdürülebilirlik perspektifinden değerlendirme gerekliliğini açıkça ortaya koymaktadır (10). Gıda sistemlerinin sürdürülebilir kalkınmaya olan büyük katkısı düşünüldüğünde, sürdürülebilir gıda sistemlerine geçişin aciliyeti git gide daha açık hale gelmektedir (11).

Sürdürülebilirlik kavramı, güncel uygulamaların gelecekteki nesillerin ihtiyaçlarına olan etkisi üzerinden tanımlanmakta ve bu tanıma göre; Birleşmiş Milletler'in (BM) Brundtland Raporu'nda yer alan, "gelecek kuşakların kendi ihtiyaçlarını karşılama kapasitesini riske atmadan bugünün ihtiyaçlarını karşılamak" ifadesine dayanmaktadır. Brundtland tanımı, 'ihtiyaçlar' terimini kapsayarak çevresel ve insan odaklı (sosyal) bir tanım sunmaktadır (12). Son dönemde sürdürülebilirlik; çevre, sağlık, politika ve araştırma gibi alanlarda sıkça konuşulan bir kavram olarak yerini almıştır. Sürdürülebilirlik ile ilgili konulara dair artan bir bilgi birikimi ve bilinçlenme artışı mevcuttur (13). Sürdürülebilirlik kavramının; ekolojik (veya çevresel olarak da bilinen), sosyal ve ekonomik gibi çeşitli yönleri olduğu genel olarak kabul görmektedir (12).

## 2.2. Sürdürülebilir Beslenme

Son zamanlarda sürdürülebilir beslenme yöntemlerinin sağlık, toplum ve çevre üzerindeki kapsamlı etkileri sebebiyle büyük bir dikkat çektiği görülmektedir (14). Sürdürülebilir beslenme; insanlara sağlıklı, besleyici ve ekonomik açıdan uygun gıdalar sunarken aynı zamanda israfı ve çevresel etkileri azaltmayı hedef haline getirmektedir (15).

Sürdürülebilir beslenmenin farklı şekillerde tanımları bulunmaktadır. Uluslararası alanda, genellikle Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü (FAO) tarafından yayımlanan tanıma göre; "Sürdürülebilir diyetler; çevresel etkileri düşük, gıda ve beslenme güvenliğine katkıda bulunan ve günümüz ile gelecekteki nesiller için sağlıklı yaşamı destekleyen diyetlerdir. Bu diyetler, biyolojik çeşitliliği ve ekosistemleri korurken; kültürel olarak uygun, erişilebilir, ekonomik açıdan makul fiyatlı olup, besin değeri yüksek, güvenli ve sağlıklıdır ayrıca doğal ve insan kaynaklarını verimli kullanır." şeklinde tanımlanmaktadır (16). Sürdürülebilir diyetler; organik, yerel veya mevsimlik gıdalar gibi belirli seçimlerin yanı sıra, vegan veya daha az katı vejetaryen diyetlerde et tüketimini sınırlamayı içermektedir. Vejetaryen veya vegan diyetler tercih etmek; bitki bazlı gıda üretiminin genellikle hayvansal üretime kıyasla daha az arazi, su ve enerji kullanması nedeniyle kişisel sürdürülebilirliği arttırdığı bilinmektedir (14).

Sürdürülebilir bir hayat için sürdürülebilir diyetlerin benimsenmesi temel gereksinimlerden biridir (5). Çevresel etkisi daha az olan sağlıklı sürdürülebilir diyetler; genellikle tam tahıl ürünleri, sebzeler, meyveler, baklagiller ile kuruyemişler gibi bitkisel kökenli gıdalar bakımından zengindir ve düşük seviyede hayvansal ürün içeriğine sahiptir. Belirli miktarlarda günlük alım önerileri sunan sürdürülebilir diyetler hakkında çeşitli öneriler bulunmaktadır. Ancak bu diyetlerin besin değeri açısından yeterli olup olmadığı veya kültürel olarak uygunluğu konusunda bazı şüpheler ortaya çıkmıştır (17). Beslenme alışkanlıklarını sürdürülebilirlik prensiplerine uygun şekilde düzenleyerek çevresel ve insan sağlığı arasında bir uyum sağlanabilir. Bu durum hem daha sağlıklı toplumlar hem de ekosistemler oluşturulmasına katkıda bulunmaktadır (18). Sürdürülebilir beslenme, kişisel sağlık sınırlarının ötesine geçen ve bilinçli beslenme alışkanlıklarını destekleyen bir yaklaşımı öne çıkarmaktadır. İnsanları, gıda seçimlerinin çevre üzerinde nasıl daha geniş çapta etkiler yaratabileceğini göz önünde bulundurmaya teşvik etmektedir. Sürdürülebilir beslenme yolunda adım atıldığında,

hem insan sağlığı hem de gezegenin iyiliği için daha gcl ve sağlıklı bir geleceğin zemini hazırlanmaktadır (19).

Bulaşıcı olmayan hastalıkları engelleyerek insan sağlığını korumak ve doğal kaynakların tüketimini azaltarak, iklim değişikliği ile kirliliği önleyerek gezegenin sağlığını sürdürmek için sağlıklı ve vreye duyarlı gıdaların tüketime büyük önem taşımaktadır (20). Sürdürülebilir beslenmenin olumlu etkileri Tablo.2.1' de verilmiştir (21).

**Tablo 2. 1. Sürdürülebilir Beslenmenin Olumlu Etkileri**

Toplum sağlığı	Besin yetersizliğini azaltmak ve beslenme ile ilişkili kronik hastalıkları önlemek
vresel sürdürülebilirlik	İklim değişikliğini ve doğal kaynakların azalmasını önlemek
Ekonomik sürdürülebilirlik	İş olanakları, ticari imkanlar, kazançları arttırmak
Diğer faydalar	Ruhsal ve bedensel iyilik hali, hayvanların iyi yaşam koşulları, kültürel ve toplumsal zenginlik sağlamak

### 2.3. Küresel Isınma, Sera Gazı ve Besinler

İnsanlık, 19. yüzyılın ortalarından itibaren küresel sıcaklıkların ve küresel ısınmanın hızla artış gösterdiği bir durumla karşılaşmıştır. Sanayi Devrimi'nden sonra; insan kaynaklı faaliyetler nedeniyle azot oksit (NO), kloroflorokarbon (CFC), metan (CH<sub>4</sub>) ve karbondioksit (CO<sub>2</sub>) gibi sera gazlarının miktarı artmış ve bu gazlar atmosferde fazla ısıyı tutarak küresel ısınmaya sebep olmuştur (22). Bu gazların artışı, dünyanın ısı dengesizliğine yol açarak ciddi bir sorun haline gelmiştir (23). Son birkaç yüzyılda, insanların yapmış olduğu faaliyetler vreye olumsuz ve büyük bir etki yaratmıştır. Bunun sonucunda; ormanlık alanlar daralmış, biyolojik çeşitlilik azalmış, türler tükenmiş ve vreye pek çok zararlı madde yayılmıştır (24). Bu nedenle, günümüzde küresel sera gazı salınımları kayda değer şekilde yükselmiş ve düşürülmesi zorunlu hale gelmiştir (25).

Ürettiğimiz ve tükettiğimiz her şeyin yaşadığımız vreye bir etkisi bulunmaktadır. Bu nedenle, gıda sisteminin vresel etkisi sadece bilim dünyasının dikkatini çekmekle kalmayıp aynı zamanda toplumsal seferberliğe de yol açmıştır (26). Dünya gıda sistemi, insan faaliyetleri sonucu meydana gelen küresel ısınmaya büyük oranda neden olmakta ve toplam sera gazı salınımlarının yaklaşık %25-30' unu

oluşturmaktadır (25). Gıda sistemleri; üretim, işleme, paketlenme, dağıtım, depolama, perakende satış, tüketim ve atık yönetimini içermektedir. Bu sistemin her bir aşaması, sera gazı salınımlarına yol açmaktadır. Bu yüzden, gıda sistemlerinin hem arz hem de talep tarafındaki sera gazı salınımlarını azaltmak kritik önem taşımaktadır (27). Örneğin, sera gazı salınımlarının yaklaşık %57'si yalnızca et üretiminden kaynaklanırken; bitki bazlı gıda üretimi ise yaklaşık %29'una katkıda bulunmaktadır (28). Bu nedenle, gıda sistemlerinden kaynaklanan salınımları etkili bir şekilde düşürmek amacıyla beslenme alışkanlıklarında değişiklik yapmak önemli bir araçtır (29).

Sera gazı salınımlarını (GHGE) düşürmeyi hedefleyen bireysel yaşam tarzı değişikliklerinin birçok sağlık ve çevresel faydası bulunmaktadır. Bu bağlamda, diyet önemli bir etkiye sahiptir (30). Besinler, hem insan sağlığının hem de gezegen sağlığının merkezinde önemli bir rol oynamaktadır (31). Çeşitli besin gruplarının çevresel etkileri açısından önemli farklılıklar gösterebileceği göz önüne alındığında, beslenme alışkanlıkları yalnızca sağlık bakımından değil; aynı zamanda çevresel sürdürülebilirlik ile olan ilişkileri bakımından da önem taşımaktadır (32). Bazı besinlerin sera gazı emisyonuna etkisi Tablo.2.2' de verilmiştir (33).

**Tablo 2. 2.** Bazı Besinlerin Sera Gazı Etkileri

Düşük sera gazı emisyonu(<1,00 kg CO <sub>2e</sub> /kg yenilebilir ağırlık	Orta sera gazı emisyonu(<1,00-4,00 kg CO <sub>2e</sub> /kg yenilebilir ağırlık	Yüksek Düşük sera gazı emisyonu(<1,00 kg CO <sub>2e</sub> /kg yenilebilir ağırlık
Patates Makarna, erişte Ekmek Yulaf Sebzeler Meyveler Şeker	Tavuk Süt, tereyağı Yumurta Fındık, tohumlar Pirinç Bisküvi, kek, tatlılar	Sığır eti Kuzu, hindi, domuz eti Peynir Balık

Besinlerin çevre üzerindeki etkilerine dair toplumsal farkındalık, daha çevre dostu bitkisel ağırlıklı beslenmelere olan ilginin artmasına neden olmuştur (34). 2019'da EAT-Lancet Komisyonu tarafından Evrensel sağlıklı referans diyeti (gezegen diyeti veya EAT-Lancet diyeti) yayımlanmıştır. "Antropocen (insansal faaliyet kaynaklı) Diyeti" olarak adlandırılan bu diyet, gezegenin kaynaklarını tüketmeden insan sağlığını temel alan ve uygulandığında gıdaların üretiminin çevresel etkisini azaltmayı küresel

hedef haline getirmektedir. Evrensel sağlıklı referans diyeti (gezegen diyeti veya EAT-Lancet diyeti); çevresel, sosyal, ekonomik ve sağlık gibi çeşitli göstergeleri bir araya getiren sürdürülebilir diyet endekslerinin oluşturulmasında temel bir rol oynamıştır. Bu diyet; sebzeler, meyveler, tam tahıllar, baklagiller, orta veya düşük miktarda deniz ürünleri ve kümes hayvanları ile birlikte az miktarda kırmızı et, rafine tahıllar, ilave şekerler ve nişastalı sebzeler içermektedir (35). Bu özelliklere sahip diyetlerden biri; yüksek oranda bitkisel ürün ve tekli doymamış yağ asitleri (genellikle zeytinyağı) tüketimi, orta seviyede balık alımı, düşük-orta seviyede et tüketimi, kümes hayvanı ve süt ürünleri tüketimi, ayrıca orta miktarda şarap alımı ile tanımlanan Akdeniz Diyeti'dir. Akdeniz diyeti, hayvansal ürün tüketimini azalttığı ve biyoçeşitliliği teşvik ettiği için çevresel sürdürülebilirliğe katkıda bulunmaktadır (32). Bu bağlamda, bitkisel ağırlıklı beslenmeye geçişin küresel ölüm oranını %10 ve gıda kaynaklı sera gazı salınımlarını %70 oranında düşürebileceği öngörülmektedir (36).

Et, çoğu insan için önemli bir besin kaynağıdır ve insanlar et tüketimine uyum sağlamışlardır. Ancak, son yıllarda etin üretimi ve tüketimi çeşitli sorunlar nedeniyle tartışmaya yol açmıştır (37). Et üretiminin yüksek karbon ayak izi, yoğun arazi ve fazla su kullanımından dolayı uzun vadede sürdürülebilir olmayacağı endişesine neden olmuştur (38). Et üretimi, küresel sera gazı salınımlarının yaklaşık %15'ini oluşturmaktadır ve bu nedenle bu salınımların azaltılmasının önemli olduğu kabul edilmektedir (39).

Et, bitki bazlı gıdalara kıyasla daha fazla çevresel ayak izine sahiptir. Örneğin, hayvancılık sektörü çoğu bölgede biyolojik çeşitlilik kaybının başlıca nedeni olarak görülmekte ve tarım kaynaklı sera gazı salınımlarının (GHGE) büyük bir bölümünden sorumlu tutulmaktadır. Aynı zamanda et üretimi, ciddi hayvan refahı sorunu ile ilişkilendirilmektedir (40). Et üretiminin yol açtığı sera gazı etkisinin büyük bir bölümü, yem bitkilerinden kaynaklanan karbondioksit (CO<sub>2</sub>) salınımlarından, hayvan atıklarının neden olduğu metan (CH<sub>4</sub>) gazından ve hayvanların yiyeceklerini sindirirken ürettikleri gaz kaybından oluşmaktadır (41). Günümüzde geniş getiren hayvan etlerinin artan tüketimi, beslenme ile bağlantılı sera gazı salınımlarının (GHGE) da yükselmesine neden olmuştur. Benzer şekilde; rafine nişastalar, ilave şekerler, yağlar ve diyeteye çok az besin değeri katan ancak sağlıklı gıda üretimi için önemli çevresel kaynaklar talep eden yüksek derecede işlenmiş gıdaların tüketimindeki artış da gözlemlenmiştir (42).

Örneğin, orta-üst gelir düzeyine sahip ülkelerde kişi başına düşen kırmızı et tüketimi; gezegenin sürdürülebilirliğini korumak için belirlenen tüketim miktarının

(haftada 98 g) neredeyse iki katı olduğu gör÷lmektedir (43). Yapılan bazı çalışmalarda, tavuk ve deniz ürünlerinin sığır etine kıyasla daha az sera gazı emisyonu ürettiğini ortaya koymuştur fakat en az etkili hayvansal ürünler bile bitkisel protein alternatiflerinin ortalama sera gazı emisyonlarını aştığını göstermiştir. Hayvansal ürünleri içermeyen diyetlere geçişin, küresel sera gazı emisyonlarını %49 oranında azaltma potansiyeline sahip olduğu düşün÷lmektedir (44). Bu nedenle pek çok uzman ve kuruluş, insan sağlığı ve gezegenin korunması açısından kırmızı et tüketiminin azaltılmasını tavsiye etmiştir. Örneğin, Kanada Kanser Derneği kırmızı et tüketimini haftada üç porsiyonla sınırlandırmayı ve işlenmiş et ürünlerinden (sucuk, pastırma, salam) uzak durmayı önermektedir. Fakat et tüketimini azaltmak; sosyal ve kültürel normlar, beslenme tercihleri, alışkanlıklar ve inançlar gibi faktörlerden etkilendiği için oldukça zor olarak gör÷lmektedir (45).

Et üretimiyle ilgili çevresel kaygıların yanı sıra, aşırı miktarda kırmızı et tüketimiyle ilgili halk sağlığı sorunları da gündemdedir. Fazla miktarda kırmızı et tüketimi; kalp-damar hastalıkları, inme ve bazı kanser türleri gibi beslenme ile ilişkili hastalık riskini yükseltmektedir (46). Yapılan araştırmalar, et tüketiminin azaltılmasının hem çevre hem de insan sağlığına fayda sağladığını gösterirken; etin diyet proteini ve mikro besin alımında önemli bir rol oynadığı da iyi bilinmektedir. Bu yüzden, diyetle etin yerine geçecek gıdalar önerilirken beslenme açısından uygun bir değerlendirme yapılması gerekmektedir (47).

#### **2.4. Besin Satın Alma Davranışlarını Etkileyen Faktörler**

Son dönemde toplum, çevre kirliliği ve yaşam alanlarının kirlenmesi gibi sorunlarla karşı karşıya gelmiştir. Özellikle gelişmekte olan ÷lkelerde, insanların çevreye yönelik endişeleri günümüzde artan çevresel sorunlar ile birlikte artış göstermiştir. Bu çevresel sorunlar (doğal kaynakların azalması ve iklim değişikliği), tüketicilerin tercihlerini ve kararlarını doğrudan ya da dolaylı şekilde etkilemektedir (48). İnsan sağlığını olumsuz etkileyen çevresel sorunların, tüketicileri besin tercihlerini değiştirmeye yönlendirdiği gör÷lmektedir (49). İnsanların yaşam standartlarındaki sürekli gelişim ve tüketim alışkanlıklarındaki değişkenlik ile besin satın alma anlayışları başlangıçtaki yemek yeme ihtiyacından, kaliteli beslenme beklentisine doğru aşamalı olarak değişmiştir (50).

Besin, tüm canlı varlıklar için temel bir gereksinim olup insan sağlığı ve refahının vazgeçilmez bir unsuru olarak işlev görmektedir. Ayrıca, önemli bir kültürel öneme sahip olmakla birlikte küresel ekonomilerde de kritik bir rol oynamaktadır. Sürdürülebilir gıda tüketiminin teşvik edilmesi, çevrenin korunması ve genel yaşam standardının iyileştirilmesi açısından giderek daha önemli görülmektedir (51). Bu nedenle, besin satın alma sürecinde sürdürülebilir tüketim kavramı son yıllarda önem kazanmıştır (52).

İnsanların beslenme tercihleri, genel sürdürülebilir tüketimin önemli bir kısmını oluşturmaktadır. İnsanlar günlük gıda seçimleriyle birlikte ayrıca önemli çevresel kararlar da vermektedir (41). Sürdürülebilir tüketim alışkanlıkları; organik gıda satın alma ve tüketme, çevre dostu yiyecek tüketme, yerel gıdalar tercih etme ve daha az atığa neden olan yemek hazırlama gibi eylemleri kapsamaktadır. Bu tutumların özendirilmesi, ciddi çevre sorunları ve gıda tüketimindeki büyük artışla karşı karşıya kalan gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde öncelikli hale getirilmelidir (53). Bu yüzden, çevre dostu ürünleri tercih etmek gibi çevreci gıda tüketim alışkanlıklarının benimsenmesini desteklemek; sürdürülebilir kalkınmaya doğru ilerlemenin geçerli bir yolu olarak değerlendirilmektedir (54).

Gıda tercihleri, yaşam biçimi ve kararlar; insanın nörobiyolojik mekanizmalarından önemli bir biçimde etkilenmektedir (55). Besin tercihleri ve alışkanlıkları, insan kültürünün temel unsurlarından biridir ve besin tüketimi, hayatta kalmanın ötesinde sosyal ve kültürel boyutları kazandıran önemli bir rol oynamaktadır. Besin tercihlerinin değiştirilmesi zorlu bir süreçtir çünkü bu tercihler, bireylerin yaşam tarzlarının ve sosyo-kültürel bağlamlarının temel bir bileşenini oluşturmaktadır (56).

Tüketiciler, günde yaklaşık 200' den fazla gıda tercihi yapmaktadır ve bu tercihleri genellikle bilinçli olmadan gerçekleştirmektedir. Bu tercihler; bireylerin neyi, ne zaman ve ne miktarda tüketeceğini belirler ve bu doğrudan tüketicilerin ve çevrenin sağlığı ve refahı üzerinde etkili olmaktadır. Bu nedenle, tüketicilerin gıda tercihlerini nasıl şekillendirdiklerini belirlemek büyük önem taşımaktadır (57).

Tüketicilerin gıda tercihlerini; gıdaların sağlıklı olarak algılanması, bireylerin sağlık durumu ve anlayışı (veganlık, vejetaryenlik vb.), dini inançlar (örneğin helal beslenme), arkadaş çevresinin baskısı, sürdürülebilirlik endişesi, reklamlar, gıdanın kalitesi, gıdanın içeriği, fiyat ve erişilebilirlik gibi birçok faktör etkilemektedir (58).

Gıda tercihi; ürüne ait (içsel ve dışsal) özellikler, tüketicinin bilgi ve tutumları gibi faktörler ile tüketim ortamı (örneğin koşullar ve kültürel çevre) gibi unsurlardan

etkilenen karmaşık bir süreçtir (59). Gıdanın içsel özellikleri; lezzet, koku ve yapısı ile birlikte kimyasal ve fiziksel yapısının bir parçasını oluşturmaktadır. Gıdanın dışsal özellikleri arasında ise ürünle ilgili etiket, ambalaj, besin beyanları ve fiyat gibi bilgi kaynakları bulunmaktadır. Yapılan önceki araştırmalar, tüketiciler için besin satın alırken her iki özellik türünün de; özellikle lezzet, etiket ve fiyatın önemli olduğunu ortaya koymuştur (60). Örneğin bazı tüketiciler, çevresel etkisi düşük ve kimyasal kullanımının azaltıldığı doğal olarak adlandırılan temiz içerikli organik ürünler tercih etmektedir. Bu bağlamda gıdanın kaynağı ve üretimden nihai ürüne kadar olan süreçte algılanan doğal içeriği, tüketicilerin satın alma tercihlerini etkilemektedir. Ayrıca sağlıklı bir yaşam tarzını benimseyen bireylerin, hastalıkların etkilerini engellemek ya da hafifletmek için daha fazla sağlıklı besin ürünlerini seçtikleri görülmektedir (61). Ek olarak yapılan araştırmalar, tüketicilerin besin satın alımında; cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi ve yıllık hane geliri gibi etkenlerden etkilendiğini ortaya koymaktadır (62). Besin satın alma davranışlarını etkileyen bazı durumlar Tablo.2.3' de verilmiştir (63).

**Tablo 2. 3.** Besin Satın Alma Davranışlarını Etkileyen Durumlar

Biyolojik	Açlık ve tokluk durumu, iştah, duyuşsal yöner, gıdanın duyuşsal özellikleri (tat, koku, doku ve görünüm)
Ekonomik	Fiyat, gelir düzeyi, bulunabilirlik
Fiziksel	Marketlere erişim, kronik veya akut hastalık, beceriler (yemek pişirme becerileri), mevcut zaman (özellikle gençler ve yüksek eğitim düzeyine sahip olanlar tarafından bir engel olarak görülmektedir.)
Sosyal	Sosyal sınıf, kültür, sosyal bağlam, etnik köken, din, aile, akran grubu, yemek düzeni (düzensiz yaşam, atıştırma gibi faktörlerden etkilenir), sosyal ortam (ev dışında yenen yiyecekler), kurumsal ve jeopolitik sistem
Psikolojik	Motivasyonu etkileyebilecek ruh hali ve stres (kilo kontrolü konusunda azalmış veya aşırı endişe), duygusal bağlam, kişilik özellikleri ve karakteristikleri (yenilik arama veya zarardan kaçınma), psikolojik zayıflık, depresyon, düşük öz yeterlilik
Eğitim	Eğitim düzeyi, beslenme bilgisi (hem öznel hem de nesnel), bilgi kaynakları ve bu kaynaklar arasında ayırım yapma

	kapasitesi
Diğerleri	Cinsiyet, yaş, işsizlik, öğrencilik durumu, mevcut beslenme düzeninden memnuniyet düzeyi, tutum, önyargılar, inançlar (gıda sistemine duyulan güven dahil), kitle iletişim araçlarının etkisi, gıda pazarlaması ve reklamcılığı, sürdürülebilirlik, kişinin yaşadığı yer, algılanan gıda israfı riski, çevre vb.

## 2.5. Sürdürülebilir Beslenme ve Tüketici Davranışları

İnsanlık; iklim değişikliği, doğal kaynakların tükenmesi ve biyolojik çeşitliliğin hızla azalması gibi çeşitli çevresel sorunlar karşısında tehdit altındadır. Bu çevresel sorunları çözmek için uluslararası ve disiplinler arası iş birlikleri, temel itici faktörleri belirleyip bu süreçlerin evrimini öngörerek sistemi etkili şekilde dönüştürmelidir. Özellikle Birleşmiş Milletler (BM), çevresel sürdürülebilirliğe ulaşma hedefi doğrultusunda sürdürülebilir tüketimi öncelikli hedeflerinden biri olarak benimsemiştir. Besin sürdürülebilirliği, ekolojik sürdürülebilirliğe ulaşmada temel stratejilerden biridir ve birçok ülkenin politika gündeminde önemli bir yer tutmaktadır (64).

Tüketici davranışını açıklayan çeşitli teoriler mevcuttur fakat genel olarak insanların; ihtiyaçlar, tercihler, bütçeler ile reklamların etkisi gibi çok sayıda faktöre dayalı olarak ürün veya hizmet satın alma kararlarını şekillendirmek olarak tanımlanmaktadır (65). Sürdürülebilir tüketim terimi ise çeşitli şekillerde tanımlanmıştır. Örneğin, Birleşmiş Milletler Çevre Programı (UNEP); sürdürülebilir tüketim davranışını yalnızca tüketimi azaltmak ya da tüketim şeklini değiştirmek olarak değil aynı zamanda kaynakları amaca uygun kullanmak ve bu yaklaşımın sonucunda yaşam kalitesini arttırmayı amaçlayan bir terim olarak tanımlamıştır (66). Bu bağlamda tüketici davranışları, insan sağlığı ve çevre üzerindeki etkileri nedeniyle toplumsal refah için önem arz etmektedir (67).

Bireysel beslenme modellerini şekillendiren birçok farklı etken vardır ama en önemli faktörler sosyo-demografik ve yaşam tarzı etkenleridir. Örneğin cinsiyet faktöründe, kadınların erkeklere göre beslenme ile ilgili daha fazla sağlık bilincine sahip olduğu görülmektedir. Beslenme tarzının çevresel sürdürülebilirliği konusunda ise kadınlar genellikle daha fazla kaygı taşımakta ve daha fazla bilgi sahibi olduğu bilinmektedir. Ayrıca yapılan çalışmalarda kadınlar, hayvan refahına erkeklerden daha fazla önem vermektedir (68).

Günümüzde tüketicilerin gıda tercihleri değişim göstermiştir; beslenmede pratiklik ve çeşitliliğe yönelim artarken, sürdürülebilir besinlere ve bileşenlere olan talep son dönemde yükselişe geçmiştir (69). Yapılan çalışmalarda sağlıklı ve çevre dostu gıdaların tercih edilmesi, gıdaların çevreye olan etkisini %25 ila %65 arasında azaltabileceğini ortaya koymaktadır (70). Bu nedenle gıda tüketiminin çevreye olan mevcut etkisini azaltmak için gıda tüketim alışkanlıklarının sürdürülebilir bir şekilde değiştirilmesi gerekmektedir (71). Fakat çoğu insan, sağlıklı ve çevresel açıdan sürdürülebilir diyetleri uyguladığını öne sürse de gerçek tüketim davranışları çoğu zaman ifade edilen tercihlerle uyum göstermemektedir. Yapılan çalışmalar, tüketicilerin genellikle sağlıklı ya da sürdürülebilir bir diyeti desteklemek amacıyla uygun ürünleri tercih etmekte güçlük çektiklerini ortaya koymuştur (72).

Tüketicileri sürdürülebilir beslenmeye teşvik etmek, sağlıklı ilgili beslenme rehberlerine uyumun genellikle az olması sebebiyle zor olduğu görülmektedir. Ayrıca beslenme alışkanlıklarımız; fiyat, erişilebilirlik, kültürel gelenekler, lezzet ve sağlık gibi kişisel tercihler vb. olmak üzere çeşitli sosyoekonomik etkenlerden etkilenmektedir (73).

Yapılan araştırmalar, beslenme alışkanlıkları ve yaşam tarzı davranışları ile kronik hastalıklar arasında güçlü bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Örneğin, işlenmiş ve yüksek kalorili besinlerin artan tüketimi; dünya genelindeki ülkelerde aşırı kilo ve obezite oranlarının yükselmesine sebep olmuştur. Bu durumdan hareketle, insanlar beslenme tercihlerinden endişe duyarak sağlıklı ve güvenli gıdalar arayışına girmektedir (74).

Yakın dönemde, çevresel kötüleşmenin temel sebep olarak gösterilmese de özellikle sanayileşme de gelişmiş ülkelerde sürdürülebilir olmayan tüketim davranışları önemli bir faktör olarak öne çıkmaktadır. Bu sebeple uzmanlar, giderek daha fazla sürdürülebilir olmayan tüketim alışkanlıklarına dikkat çekmektedir (66). Sürdürülebilir olmayan tüketici davranışı, bireyler ve çevre üzerinde olumsuz etkilere yol açmaktadır. Sadece çevresel kaynakları ve ekosistemleri etkilemekle kalmayıp aynı zamanda toplumun refahı, sağlığı için ciddi bir tehdit oluşturmaktadır. Bu nedenle, sürdürülebilir tüketici davranışını etkileyen bireysel etkenlerin daha iyi kavranması; günümüzde son derece önem arz etmektedir (51).

Tüketicilerin gıdaya yönelik davranışları; gıdanın planlanması, satın alınması, depolanması, hazırlanması ve tüketilmesi aşamalarını kapsayan bir süreçtir. Gıda satın alma aşamasında tüketiciler, genellikle alışveriş rutinlerine bağlı kalmaktadır ve

ihyaıtan fazla veya nadiren kullanılan gıda őrnlere satın alarak gıdanın bozulma ve israf edilme riskini artırmaktadırlar. Dőnya genelinde, insan tőketimi için őrtilen gıdaların yaklaşık őrte biri kaybolmakta veya israf edilmektedir. Gıda israfının; sőrđőrőlebilir olmayan tőketici davranışları açısından olumsuz çevresel, ekonomik ve sosyal etkileri bulunmaktadır (75).

Sőrđőrőlebilir tőketici davranışı sadece sőrđőrőlebilir gıdaların satın alınmasıyla sınırlı olmadığını göstermektedir. örneğin, organik ve yerel őrnlere gibi sőrđőrőlebilir olarak kabul edilen gıdalar fazla miktarda satın alınarak gıda atığı haline getirildiğinde ayrıca "sőrđőrőlebilir" gıdalar "sőrđőrőlemez" yőntemlerle pişirildiğinde (örneğin, aşırı enerji israfı yapıldığında) vb. bu gibi davranışlar sőrđőrőlebilirliğe aykırı bir durum oluşturmaktadır. Dolayısıyla, yalnızca satın alma davranışlarına bakarak bir tőketicinin gıda tőketim davranışının sőrđőrőlebilir veya sőrđőrőlemez olduğunu belirlemek mőmkőn gőrőlmemektedir (76).

Diyet, sağlıklı bir yaşıam tarzının ayrılmaz bileşenlerinden biridir ancak őrniuersite őrrencileri arasında çoğu zaman őrđőn atlama, temel besin maddelerinin yetersiz tőketimi ve yőksek oranda şeker, alkol ve doymuş yağ alımıyla karakterize edilen beslenme alışkanlıkları gözlemlenmektedir. Bu unsurlar, őrrencinin ikamet ettiği yer (apartlar veya yurtlar vb.) tarafından etkilenebilir ve őrniuersite okumak için aile evinden uzaklaşmanın potansiyel olarak őrnemli bir etken olduğu dőşőnőlmektedir (77). Amerika'da yapılan bir çalışmada bir iş veya őrniuersite kariyerine adım atmak, gıda seçiminde daha fazla bağımsızlık ve őrzerklik sağlamaktadır; bu durum, potansiyel olarak sağlıksız beslenme alışkanlıklarının kazanılma riskini arttırabilmektedir. Ayrıca, literatőrde őrniuersite dönemi; Amerikan genç yetişkinlerinin kilo alma olasılığının en yőksek dőnem olduğunu ortaya koymuştur. Bu çerçevede; yetersiz beslenme bilgisi, zaman yetersizliği, stres, sağlıklı gıdaların yőksek maliyetleri nedeniyle kısıtlı erişilebilirliği ve sağlıksız atıştırma malımlara kolay erişim, őrniuersite őrrencilerinin sağlıklı beslenme alışkanlıklarını geliştirmelerinin őrnődeki başlıca engeller olarak őrne çıkmaktadır. Bu bilgiler ışığında, genç yetişkinlik dönemi; sağlıklı yaşıam tarzlarının teşviki için kritik bir sőrretir. őrniuersite őrrencilerinin beslenme davranışlarını etkileyen faktörlerin belirlenmesi, genç nesillerde sağlıklı beslenme alışkanlıklarını geliştirmek için halk sağlığı stratejilerinin etkili uygulanmasına yönelik őrnemli bir adım olarak gőrőlmektedir (78).

Tőketicilerin gıda tercihlerinin çevresel etkileri hakkında farkındalık sahibi olması; sőrđőrőlebilirlik adına atılmış ciddi bir gelişmedir fakat ifti, őrretici ve satıcı

gibi gıdanın tüketiciye ulaşana kadar uğradığı her aşama, sürdürülebilirlik konusunda önem arz etmektedir (79). Tüketici davranışlarının ekosistem üzerinde önemli etkileri olduğuna dair kanıtlar giderek artsa da, insanların gıda üretimi ve tüketiminin çevresel sonuçları konusundaki farkındalığı hala yetersizdir (80).



### **3. MATERYAL VE YÖNTEM**

#### **3.1. Araştırmanın Yeri, Zamanı ve Örneklem Seçimi**

Araştırma Kasım – Aralık 2024 tarihleri arasında Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi’nde öğrenim gören, çalışmaya katılmayı kabul eden 18 yaş üzeri öğrenciler üzerinde yürütülmüş kesitsel tanımlayıcı bir çalışmadır.

#### **3.2. Araştırmanın Etik Yönü**

Bu çalışma 11.06.2024 tarih ve 2024/70 nolu onay ile Hasan Kalyoncu Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu’ndan izin alınmıştır (Ek-1). Araştırmanın üniversite öğrencilerine uygulanabilmesi için 12.11.2024 tarihinde ‘‘E-39289916-044-68887 ‘‘ sayı ile Hasan Kalyoncu Üniversite Rektörlüğü’nden araştırma izni alınmıştır (Ek-2).

#### **3.3. Araştırmanın Evren ve Örneklemi**

Bu araştırmanın evreni, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi’nde öğrenim gören aktif lisans öğrencileridir. Araştırma Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon ve Hemşirelik bölümlerinden 2, 3 ve 4. sınıf öğrencisi olmak üzere 199 (%83,2) kadın ve 40’ı (%16,7) erkek olmak üzere toplam 239 gönüllü öğrenciye uygulanmıştır. Bu sayının 97’si (%40,6) Beslenme ve Diyetetik, 82’si (%34,3) Hemşirelik ve 60’ı (%25,1) ise Fizyoterapi ve Rehabilitasyon bölümü öğrencilerinden oluşmaktadır.

Örneklem büyüklüğü, g power analizi ile alfa değeri 0.05 ve güç değeri 0.80 kabul edildiğinde 225 olarak hesaplanmıştır. Çalışmaya katılmayı kabul etmeyen öğrenciler, lisansüstü öğrenciler, 1.sınıf öğrencileri, ve Hasan Kalyoncu Üniversitesi’nde aktif öğrenci olmayan bireyler çalışmaya dahil edilmemiştir. Ayrıca bu çalışma, ilgili bölümlerin lisans derslerine katılım sağlanarak derste bulunan öğrencilere yüz yüze görüşme tekniğiyle uygulanmıştır.

### 3.4. Veri Toplama Gereçleri

#### 3.4.1. Anket Formu

Anket çalışması öncesinde katılımcıların “Gönüllüleri Bilgilendirme ve Olur (Rıza) Formu” ile bilgilendirilmiş ve onamları alınmıştır (Ek-3).

Verilerin toplanma sürecinde araştırmacı tarafından ilgili kaynakların incelenmesiyle çalışmaya uygun geniş çaplı bir anket formu kullanılmıştır (Ek-4).

Çalışmaya katılmayı kabul eden öğrencilere uygulanan anket formu toplam 6 bölüm ve 84 sorudan oluşmaktadır. Uygulanan anket açık uçlu ve çoktan seçmeli sorulardan oluşmaktadır. Bu bölümlerde öğrencilerden kendilerine en uygun olanı seçmeleri beklenilmiştir. Birinci bölümde öğrencilerin genel bilgilerini (yaş, cinsiyet, okuduğu bölüm, sınıfı, üniversite eğitimi boyunca yaşadığı yer, gelir, tanısı konmuş bir hastalık, besin desteği kullanımı, diyet uygulama bilgileri, alkol kullanımı), ikinci bölümde öğrencilerin beslenme alışkanlıkları (günlük ana ve ara öğün sayısı, öğün atlama durumu ve sebebi, iştah durumu), üçüncü bölümde egzersiz/spor yapma durumu, dördüncü ve beşinci bölümlerde öğrencilerin sürdürülebilir beslenmeye ilişkin bilgi düzeylerini inceleyen sorulara, son olarak altıncı bölümde ise öğrencilerin besin satın alma davranışlarını içeren sorulara yer verilmiştir.

#### 3.4.2. Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranış Ölçeği

Bu çalışmada sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyini ölçmek için, “Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranış Ölçeği” kullanılmıştır. Bu ölçek, Garipoğlu, Meral Koç ve Özlü (2023) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, 29 maddeden oluşmaktadır ve her madde için 5’li Likert tipi bir ölçek kullanılmaktadır. Ölçek, sürdürülebilir beslenme ile ilgili kavramlar ve konular hakkındaki bilgi düzeyini ölçmektedir. Anketin beşinci bölümünde sürdürülebilir beslenmeye yönelik davranış 5’li likert ölçeği kullanılmıştır. Likert ölçeği “hiçbir zaman”, “nadiren”, “bazen”, “sıklıkla” ve “her zaman” seçeneklerinden oluşmaktadır. Tüm maddeler “hiçbir zaman” seçeneğinden başlamak üzere 1’den 5’e doğru puanlanmıştır. Ölçekteki maddelerin tamamı olumludur. Ölçekten alınabilecek, en düşük puan ise 29 en yüksek puan 145’dir. Alt boyut puanlamaları ise bireylerin alt boyutta yer alan sorulara verdikleri puanların toplamının alt boyutta yer alan soru sayısına bölünmesiyle elde edilmektedir. Toplam puanın ve alt boyut puanlarının yüksek olması bireyin sürdürülebilir beslenme davranışlarının daha fazla olduğunu göstermektedir. Ölçeğe ait Cronbach Alpha değeri 0.92’dir (81). Ayrıca ölçeğin beşinci bölümü “Besin

tercihi”, “Gıda israfının azaltılması”, “Mevsimsel ve yerel beslenme”, “Besin satın alma” alt kısımlarından oluşmaktadır.

### **3.4.3. Besin Satın Alma Davranışları Ölçeği**

Besin satın alma davranışlarını ölçmek için, “Besin Satın Alma Davranışları Ölçeği” kullanılmıştır. Besin Satın Alma Davranışı Ölçeği, Duyff’un (1998) araştırmasında kullanılan 30 maddelik bir ölçekten uyarlanmıştır. Ölçeğin Türkiye’ye özgü hale getirilmesi ve uyarlanması süreci Şanlıer ve Karakuş (2010) tarafından gerçekleştirilmiş ve cronbach alfa değeri 0,85 olarak hesaplanmıştır. Ölçek; bireylerin beslenme bilinci, gıda güvenliği, maliyet tasarrufu ve kolaylık uygulamalarını ölçmek amacıyla revize edilmiştir. Ölçek dört dereceli bir Likert tipi ölçek olup yanıt seçenekleri şu şekildedir: Hiçbir Zaman (0), Nadiren (1), Genellikle (2), Her Zaman (3). Toplam puan 0 ile 90 arasında değişmektedir. Yüksek puanlar; bireyin besin satın alma sürecinde daha bilinçli, özenli ve dikkatli olduğunu göstermektedir. Ölçek kullanımı için gerekli izin alınmıştır (Ek-5).

### **3.5. Araştırmanın Uygulanması**

Bu araştırma Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon, Hemşirelik bölümleri 2,3 ve 4.sınıf lisans öğrencilerine uygulanmıştır. Anket verileri bölüm hocalarının uygun gördüğü ders saatlerinde derse katılım sağlayan öğrencilere araştırmacı tarafından Google form üzerinden çevrimiçi olarak hazırlanmış anket formunun öğrenci sınıf gruplarına iletilmesi ve yüz yüze görüşme tekniği ile toplanılmıştır. Anket formunun doldurulması yaklaşık olarak 15-20 dakika sürmüştür. Ayrıca katılımcıların anketi doldururken herhangi bir zorluk yaşamamaları için araştırmacı, katılımcılara anket sorularının cevaplandırılması konusunda yardımcı olmuştur.

### **3.6. İstatistiksel Analiz**

Verilerin değerlendirilmesinde IBM Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 23.0 istatistik paket programı, Windows ortamında kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği, histogram grafiği ile görsel olarak Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri ile analitik olarak incelenerek belirlenmiştir. Tanımlayıcı istatistiklerin gösterimi için nicel değişkenlerde ortalama ve standart sapma değerleri, nitel değişkenlerde ise sayı ve yüzde değerleri hesaplanmıştır. İki grup arasında ortalamaların

karşılaştırması için Mann Whitney-U Testi (ikili grup) kullanılmış olup, ikiden fazla grup arasında Kruskal Wallis analizi kullanılmıştır. İki'den fazla grup arasındaki anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında bulunduğunu tespit etmek için Bonferroni düzeltmesi yapılmış olup, anlamlılık için  $p < 0,0167$  alınmıştır. Farklılık gösteren gruplar ise tablo üzerinde harfler (a, b, c) ile sunulmuştur. Bağımsız kategorideki nitel değişkenler arasındaki karşılaştırma Ki-kare testi ile analiz edilmiştir. Nicel değişkenler arası ilişki Spearman korelasyon analizi ile incelenmiştir. Sonuçlar %95 güven aralığı ile değerlendirilmiş ve anlamlılık düzeyi  $p < 0,05$  olarak alınmıştır.



## 4. ARAŞTIRMA BULGULARI

### 4.1. Bireylerin Genel Özellikleri

Bireylerin genel özellikleri Tablo 4.1’de gösterilmiştir. Bireylerin yaş ortalaması erkeklerde  $21,6\pm 2,3$  yıl, kadınlarda  $21,2\pm 1,5$  yıl ve toplamda  $21,3\pm 1,7$  yıldır ( $p=0,016$ ). Bireylerin bölümleri Beslenme ve Diyetetik (%40,6), Hemşirelik (%34,3) ve Fizyoterapi ve Rehabilitasyon (%25,1) olarak dağılım göstermiştir ( $p<0,001$ ). Sınıf dağılımında öğrencilerin %41,8’i 3. sınıfta, %31,8’i 4. sınıfta ve %26,4’ü 2. sınıfta olduğu belirlenmiştir ( $p=0,351$ ).

Bireylerin memleketleri Gaziantep (%66,9), Şanlıurfa (%6,3) ve Hatay (%5,9) ağırlıklı olmak üzere farklı şehirlerden oluşmaktadır ( $p=0,159$ ). Bireylerin üniversite eğitimi sırasında yaşadıkları yerlerin %71,1’i aile evi iken, %18,4’ü devlet yurdunda yaşamaktadır ( $p=0,024$ ).

Gelir durumu bakımından bireylerin %45,6’sı “gelirim giderime eşit”, %40,6’sı “gelirim giderimden az” ve %13,8’i “gelirim giderimden fazla” şeklinde beyan etmiştir ( $p=0,015$ ). Beslenmenin toplam gelirdeki payı ise %31,8 ile en çok 3/4 olarak ifade edilmiştir ( $p=0,410$ ).

**Tablo 4. 1.** Bireylerin Genel Özellikleri

	Erkek (n=40)		Kadın (n=199)		Toplam (n=239)		p
	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	
<b>Yaş ortalaması (X ± Ss)</b>	21,6±2,3		21,2±1,5		21,3±1,7		<b>0,016</b>
<b>Bölümü</b>							<b>&lt;0,001</b>
Beslenme ve Diyetetik	7	17,5	90	45,2	97	40,6	
Hemşirelik	14	28,5	68	34,2	82	34,3	
Fizyoterapi ve Rehabilitasyon	19	47,5	41	20,6	60	25,1	
<b>Sınıfı</b>							0,351
2. sınıf	11	27,5	52	26,1	63	26,4	
3. sınıf	20	50,0	80	40,2	100	41,8	
4. sınıf	9	22,5	67	33,7	76	31,8	
<b>Memleketi</b>							0,159
Gaziantep	23	57,5	137	68,9	160	66,9	
Şanlıurfa	4	10,0	11	5,5	15	6,3	
Hatay	2	5,0	12	6,0	14	5,9	
Kahramanmaraş	1	2,5	7	3,5	8	3,4	
Adana	-	-	5	2,5	5	2,1	
Diyarbakır	1	2,5	4	2,0	5	2,1	
Diğer	9	22,5	23	11,6	32	13,3	
<b>Üniversite Eğitiminde Yaşanılan Yer</b>							<b>0,024</b>
Apart	4	10,0	4	2,0	8	3,4	
Aile evi	28	70,0	142	71,4	170	71,1	
Arkadaşlar	3	7,5	4	2,0	7	2,9	
Özel Yurt	2	5,0	8	4,0	10	4,2	
Devlet Yurdu	3	7,5	41	20,6	44	18,4	
<b>Gelir Durumu</b>							<b>0,015</b>
Gelirim giderimden az	9	22,5	88	44,2	97	40,6	
Gelirim giderime eşit	23	57,5	86	43,2	109	45,6	
Gelirim giderimden fazla	8	20,0	25	12,6	33	13,8	
<b>Beslenmenin toplam gelirdeki payı</b>							0,410
<1/4	4	10,0	35	17,6	39	16,4	
1/4	6	15,0	10	5,0	16	6,7	
2/4	17	42,5	39	19,6	56	23,4	
3/4	4	10,0	72	36,2	76	31,8	
>3/4	2	5,0	37	18,6	39	16,3	
Fikrim yok	7	17,5	6	3,0	13	5,4	

X ± Ss, ortalama±standart sapma

Mann Whitney-U testi ve Ki-kare analizi yapılmıştır. p&lt;0,05

Bireylerin sağlık durumuna ilişkin bulguları Tablo 4.2’de verilmiştir. Bireylerin %86,6’sı herhangi bir hastalık olmadığını belirtirken, %13,4’ü belirli bir hastalığa sahip olduğunu ifade etmiştir (p=0,855). En sık bildirilen hastalıklar hipotiroidi (%15,6), PKOS (%12,5) ve migren (%6,3) olmuştur. Bireylerin %87,9’u hastalığa özgü bir diyet uygulamadığını belirtmiştir (p=0,938). Ayrıca, %75,7’lik bir oranla bireyler herhangi bir kişisel diyet uygulamadığını beyan etmiştir. Kişisel diyet uygulayanlar arasında en yaygın tercih edilen diyetler ketojenik diyet (%22,4) ve yarı vejetaryen (%10,2) beslenme olmuştur.

**Tablo 4. 2.** Bireylerin sağlık durumuna ilişkin bilgileri

	Erkek (n=40)		Kadın (n=199)		Toplam (n=239)		P
	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	
<b>Hastalık durumu</b>							0,855
Yok	34	85	172	86,4	207	86,6	
Var*	6	15,0	27	13,6	32	13,4	
PKOS	-	-	4	14,8	4	12,5	
Hipotiroidi	-	-	5	18,5	5	15,6	
Astım	-	-	1	3,7	1	3,1	
Migren	1	16,7	1	3,7	2	6,3	
Hipertansiyon	1	16,7	1	3,7	2	6,3	
Ülseratif Kolit	1	16,7	1	3,7	2	6,3	
Crohn	1	16,7	-	-	1	3,1	
Romatoid artrit	-	-	1	3,7	1	3,1	
Hepatit	-	-	1	3,7	1	3,1	
Diğer	2	33,2	12	44,5	13	40,6	
<b>Hastalığa özgü diyet yapma durumu*</b>							0,938
Yapıyor	35	87,5	175	87,9	210	87,9	
Yapmıyor	5	12,5	24	12,1	29	12,1	
<b>Kişiyeye özel diyet/beslenme şekli uygulama durumu</b>							0,318
Uygulamıyor	33	82,5	179	90,0	181	75,7	
Uyguluyor*	7	17,5	20	10,0	58	24,3	
Ketojenik diyet	3	42,8	10	50,0	13	22,4	
Makrobiyotik diyet	-	-	2	10,0	2	3,4	
Glutensiz beslenme	-	-	1	5,0	1	1,7	
Vegan beslenme	1	14,3	-	-	1	1,7	
Yarı vejetaryen	2	28,6	4	20,0	6	10,2	

Şekersiz beslenme	-		2	10,0	2	3,4
Tek öğün beslenme	1	14,3	1	5,0	2	3,4

---

\*Beyan edilen toplam yanıt sayısı üzerinden hesaplanmıştır.  
Ki-kare analizi yapılmıştır. **p<0,05**



Tablo 4.3'te bireylerin sigara ve alkol kullanma durumları sunulmuştur. Bireylerin %77,8'i sigara içmediğini, %22,2'si ise sigara içtiğini belirtmiştir (p=0,006). Alkol tüketmeyenlerin oranları ise %89,5'lik bir oranla düşük bulunmuştur (p<0,001). Alkol kullanan bireylerin en çok tercih ettiği içecek bira (%34,7) olurken, bunu şarap (%20,4) ve rakı (%18,4) izlemektedir. Alkol kullananların %60,7'si ayda 1-2 kez alkol tükettiğini belirtmiştir.

**Tablo 4. 3.** Bireylerin sigara ve alkol kullanma durumları

	Erkek (n=40)		Kadın (n=199)		Toplam (n=239)		P
	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	
<b>Sigara içme durumu</b>							<b>0,006</b>
İçiyor	16	40,0	37	18,6	53	22,2	
İçmiyor	24	60,0	162	81,4	186	77,8	
<b>Alkol tüketme durumu</b>							<b>&lt;0,001</b>
Tüketiyor	13	32,5	15	6,0	25	10,5	
Tüketmiyor	27	67,5	174	94,0	214	89,5	
<b>Alkol türü*#</b>							
Bira	10	47,6	7	25,0	17	34,7	
Şarap	4	19,0	6	24,4	10	20,4	
Votka	1	4,8	4	14,3	5	10,2	
Rakı	3	14,3	6	24,4	9	18,4	
Viski	3	14,3	5	17,9	8	16,3	
<b>Sıklık*</b>							
2-3 kez/hafta	4	30,8	2	13,3	6	21,4	
1 kez/hafta	2	15,4	3	20,0	5	17,9	
1-2 kez/ay	7	53,8	10	66,7	17	60,7	

\*Alkol tükettiğini beyan eden toplam kişi sayısı üzerinden hesaplanmıştır.

#Birden fazla yanıt verilmiştir.

Ki-kare analizi yapılmıştır. **p<0,05**

## 4.2. Bireylerin Egzersiz ve Beslenme Alışkanlıkları

Bireylerin %83,7'si düzenli egzersiz yapmadığını ifade etmiştir ( $p<0,001$ ). Haftalık 150 dakikalık egzersiz yapma oranı toplamda %42,7 bulunmuştur. Bununla birlikte, %32,2'lik bir kesim haftalık egzersiz farkındalığına sahip olmadığını belirtmiştir (Tablo 4.4).

**Tablo 4. 4.** Bireylerin egzersiz yapma alışkanlıkları

	Erkek (n=40)		Kadın (n=199)		Toplam (n=239)		P
	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	
<b>Düzenli egzersiz/spor yapma durumu</b>							<b>&lt;0,001</b>
Evet	15	37,5	24	12,1	39	16,3	
Hayır	25	62,5	175	87,9	200	83,7	
<b>150 dk/hafta egzersiz (yürüme dahil) yapma durumu</b>							<b>&lt;0,001</b>
Evet	28	70,0	74	37,2	102	42,7	
Hayır	3	7,5	57	28,6	60	25,1	
Farkında değilim	9	22,5	68	34,2	77	32,2	

Ki-kare analizi yapılmıştır.  $p<0,05$

Beslenme alışkanlıkları açısından bireylerin %65,7'si günlük iki öğün tükettiğini, %26,4'ü üç öğün tükettiğini beyan etmiştir (p=0,058). Öğün atlama oranı %56,9 olarak bulunmuş ve atlama nedenleri arasında en yaygın neden “şahsın alışkanlığının olmaması” (%35,3) olarak bildirilmiştir (p=0,037) (Tablo 4.5).

**Tablo 4. 5.** Bireylerin beslenme alışkanlıkları

	Erkek (n=40)		Kadın (n=199)		Toplam (n=239)		P
	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	
<b>Ana öğün sayısı</b>							0,058
1	2	5,0	10	5,0	12	5,0	
2	20	50,0	137	68,8	157	65,7	
3	15	37,5	48	24,1	63	26,4	
>3	3	7,5	4	2,0	7	2,9	
<b>Ara öğün sayısı</b>							0,212
1	19	47,5	99	49,8	128	53,6	
2	15	37,5	80	40,2	95	39,8	
3	6	15	13	6,5	19	7,9	
>3	-	-	7	3,5	7	2,9	
<b>Öğün Atlama Durumu</b>							0,289
Evet	20	50,0	116	58,3	136	56,9	
Hayır	20	50,0	83	41,7	103	43,1	
<b>Öğün Atlama Nedeni*</b>							0,037
Alışkanlığı yok	3	15,0	45	38,8	48	35,3	
İştahsızlık	3	15,0	34	29,3	37	22,2	
Uyku düzensizliği	7	35,0	12	10,3	19	14,0	
Ağırlık kontrolü	3	15,0	8	6,9	11	8,1	
Hazırlayan yok	3	15,0	11	9,5	14	10,3	
Zaman yetersizliği	-	-	1	0,9	1	0,7	
Diğer	1	5,0	5	4,3	6	4,4	
<b>İştah Durumu</b>							0,621
İyi	26	65,0	114	57,3	140	58,6	
Orta	13	32,5	76	38,2	89	37,2	
Kötü	1	2,5	9	4,5	10	4,2	

Ki-kare analizi yapılmıştır. **p<0,05**

Bireylerin %24,3'ü besin desteği kullandığını, %75,7'si ise kullanmadığını belirtmiştir (p=0,318). En sık kullanılan besin destekleri D vitamini (%27,6), demir (%25,0) ve B12 vitamini (%15,8) olmuştur (Tablo 4.6).

**Tablo 4. 6.** Bireylerin besin desteği kullanım durumlarına göre dağılımı

	Erkek (n=40)		Kadın (n=199)		Toplam (n=239)		p
	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	
<b>Besin desteği kullanım durumu</b>							0,318
Kullanıyor	7	17,5	51	25,6	58	24,3	
Kullanmıyor	33	82,5	148	74,4	181	75,7	
<b>Kullanılan besin desteği**</b>							
D vitamini	4	30,8	17	27,0	21	27,6	
B12 vitamini	2	15,4	10	15,9	12	15,8	
C vitamini	1	7,7	5	7,9	6	7,9	
Demir	1	7,7	18	28,6	19	25,0	
Magnezyum	-	-	5	7,9	5	6,6	
Diğer	5	38,4	8	12,7	13	17,1	

\*Besin desteği kullandığını beyan eden toplam yanıt sayısı üzerinden hesaplanmıştır.

#Birden fazla yanıt verilmiştir.

Ki-kare analizi yapılmıştır. **p<0,05**

### 4.3. Bireylerin Sürdürülebilir Beslenme Bilgi Durumu

Tablo 4.7’de bireylerin sürdürülebilir beslenme üzerine bilgi durumu gösterilmiştir. Bireylerin %51,6’sı sürdürülebilir beslenme kavramını duyduğunu belirtirken, %49,4’ü bu kavramı duymadığını ifade etmiştir. Sürdürülebilir beslenme konusunda bilgi kaynağı olarak lisans eğitimi (%59,5), sosyal medya (%19,8) ve bilimsel yayınlar (%4,2) öne çıkmıştır. Bireylerin %36,8’i sürdürülebilir beslenme konusunda “pek bilgim yok” derken, %19,7’si ise “hiçbir bilgim yok” şeklinde ifade kullanmıştır (p=0,101).

**Tablo 4. 7.** Bireylerin sürdürülebilir beslenme üzerine bilgi durumu

	Erkek (n=40)		Kadın (n=199)		Toplam (n=239)		p
	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	
<b>Sürdürülebilir beslenme duyumu</b>							0,112
Duymadım	24	60,0	94	47,2	118	49,4	
Duydum*	16	40,0	105	52,8	121	51,6	
Lisans eğitimi	8	50,0	64	62,7	72	59,5	0,101
Bilimsel yayınlar	-	-	5	4,9	5	4,2	
TV-Radyo	1	6,3	7	6,9	8	6,6	
Sosyal Medya	3	18,7	21	20,6	24	19,8	
Gazete-dergi vs.	1	6,3	1	1,0	2	1,7	
Doktor, diyetisyen vb.	2	12,5	7	6,9	9	7,4	
Diğer	1	6,3	-	-	1	0,8	
<b>Sürdürülebilir Beslenme Bilgi Düzeyi</b>							0,101
Çok iyi biliyorum	1	2,5	2	1,0	3	1,3	
İyi biliyorum	-	-	22	11,1	22	9,2	
Kararsızım	12	30,0	67	33,6	79	33,0	
Pek bilmiyorum	15	37,5	73	36,7	88	36,8	
Hiçbir bilgim yok	12	30,0	35	17,6	47	19,7	

Ki-kare analizi yapılmıştır. **p<0,05**

#### 4.4. Bireylerin Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranış Ölçeği Puanları

Cinsiyetlere göre sürdürülebilir beslenmeye yönelik davranış ölçeği puanları karşılaştırıldığında, erkeklerin toplam puanı  $82,9 \pm 20,6$ , kadınların ise  $95,6 \pm 18,6$  olarak bulunmuştur ( $p < 0,001$ ). Tüm alt boyutları puanlarında kadınların puanlarının erkeklerle göre istatistiksel olarak anlamlı şekilde yüksek olduğu belirlenmiştir ( $p < 0,05$ ) (Tablo 4.8).

**Tablo 4. 8.** Bireylerin cinsiyete göre Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranış Ölçeği puanları

Puan	Erkek (n=40)		Kadın (n=199)		Toplam (n=239)		p
	X ± Ss	Alt-üst	X ± Ss	Alt-üst	X ± Ss	Alt-üst	
Besin Tercih	16,0±4,5	6,0-24,0	18,5±4,0	6,0-30,0	18,1±4,2	6,0-30,0	<0,001
Gıda İsrafının Azaltılması	25,9±8,3	9,0-45,0	30,7±7,4	9,0-45,0	29,9±7,7	9,0-45,0	<0,001
Mevsimsel ve Yerel Beslenme	23,6±7,6	8,0-40,0	26,5±6,9	12,0-40,0	26,0±7,1	8,0-40,0	0,030
Besin Satın Alma	17,5±4,6	6,0-26,0	19,9±4,6	8,0-30,0	19,5±4,7	6,0-30,0	0,007
<b>Toplam</b>	82,9±20,6	29,0-124,0	95,6±18,6	55,0-145,0	93,4±19,5	29,0-145,0	<b>0,000</b>

X ± Ss, ortalama±standart sapma

Mann Whitney-U testi analizi yapılmıştır. **p<0,05**

Bölgümlere göre karşılaştırma yapıldığında ise sadece “Mevsimsel ve yerel beslenme” alt boyutu puanlarında anlamlı bir fark tespit edilmiştir ( $p < 0,05$ ) (Tablo 4.9). Post-hoc analizi ile yapılan ikili karşılaştırmalarda bu farklılığın Beslenme ve Diyetetik bölümü ile Fizyoterapi ve Rehabilitasyon bölümü arasında meydana geldiği görülmüştür. Diğer alt boyut puanları incelendiğinde bölümler arasında anlamlı olarak farklılık bulunmamış olmasına rağmen en yüksek puanın Beslenme ve Diyetetik bölümüne ait olduğu saptanmıştır ( $p > 0,05$ ). Ölçek toplam puanı incelendiğinde de Beslenme ve Diyetetik bölümünün ( $96,5 \pm 17,3$  puan) diğer bölümlere göre (Hemşirelik:  $92,2 \pm 21,9$  puan; FTR  $90,2 \pm 18,9$  puan) daha yüksek olduğu belirlenmiştir ( $p > 0,05$ ) (Tablo 4.9).

**Tablo 4. 9.** Bireylerin bölümlerine göre Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranış Ölçeği puanları

Puan	BDB (n=97)		Hemşirelik (n=82)		FTR (n=60)		p
	X ± Ss	Alt-üst	X ± Ss	Alt-üst	X ± Ss	X ± Ss	
Besin Tercihi	18,3±3,8	9,0-30,0	17,9±4,7	6,0-30,0	17,9±4,1	6,0-27,0	0,684
Gıda İsrafının Azaltılması	30,7±7,2	9,0-45,0	29,3±8,4	9,0-45,0	29,5±7,6	9,0-45,0	0,438
Mevsimsel ve Yerel Beslenme	27,1±6,3	12,0-40,0	26,3±7,4	8,0-40,0	23,8±7,4	12,0-40,0	<b>0,022<sup>a</sup></b>
Besin Satın Alma	20,4±4,3	10,0-30,0	18,8±5,2	6,0-30,0	19,1±4,2	10,0-30,0	0,050
<b>Toplam</b>	96,5±17,3	55,0-145,0	92,2±21,9	29,0-144,0	90,2±18,9	51,0-139,0	0,114

BDB: beslenme ve diyetetik; FTR: fizyoterapi ve rehabilitasyon.

X ± Ss, ortalama±standart sapma

Kruskal Wallis analizi yapılmıştır. <sup>a</sup>Beslenme ve Diyetetik-Fizyoterapi ve Rehabilitasyon; <sup>b</sup>Beslenme ve Diyetetik-Hemşirelik; <sup>c</sup>Hemşirelik-Fizyoterapi ve Rehabilitasyon arasındaki farklılıkları gösterir. **p<0,05**.

#### 4.5. Bireylerin Besin Satın Alma Davranışları Ölçeği Puanları

Cinsiyetlere göre besin satın alma davranışları ölçeği toplam puanı erkeklerde 51,3±17,9, kadınlarda 54,7±15,7 olarak belirlenmiştir (p>0,05). Alt boyutlar incelendiğinde, güvenlik alt boyutu ve toplam ölçek puanlarında kadınlar daha yüksek puan almış olsa da fark istatistiksel olarak anlamlı değildir (p>0,05) (Tablo 4.10).

**Tablo 4. 10.** Bireylerin cinsiyete göre Besin Satın Alma Davranışları Ölçeği puanları

Puan	Erkek (n=40)		Kadın (n=199)		Toplam (n=239)		p
	X ± Ss	Alt-üst	X ± Ss	Alt-üst	X ± Ss	Alt-üst	
Besin Değeri	7,7±3,7	0,0-15,0	8,4±3,3	1,0-15,0	8,3±3,4	0,0-15,0	0,178
Maliyet Tasarrufu	15,0±5,9	0,0-27,0	15,5±5,4	4,0-27,0	15,4±5,5	0,0-27,0	0,498
Besin Güvencesi	20,2±8,2	0,0-33,0	22,3±7,2	10,0-33,0	22,0±7,4	0,0-33,0	0,133
Kolaylık	8,4±3,0	0,0-15,0	8,4±3,0	3,0-15,0	8,4±3,0	0,0-15,0	0,736
<b>Toplam</b>	51,3±17,9	9,0-90,0	54,7±15,7	30,0-90,0	54,1±16,1	9,0-90,0	0,311

X ± Ss, ortalama±standart sapma

Mann Whitney-U testi analizi yapılmıştır. **p<0,05**

Bölgümlere göre incelendiğinde, “besin değeri” alt boyutunda anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir (p=0,015). İkili karşılaştırmalar yapıldığında bu farklılığın Beslenme ve Diyetetik bölümü ile Fizyoterapi ve Rehabilitasyon bölümü arasında meydana geldiği görülmüştür (Tablo 4.11). Diğer alt boyut puanlarında ise anlamlı bir fark saptanmamıştır (p>0,05). Ölçek toplam puanı incelendiğinde Beslenme ve Diyetetik bölümü öğrencilerinin (56,3±14,2) diğer bölümlere göre (Hemşirelik:53,1±18,3 puan; FTR:51,7±15,5 puan) daha yüksek bulunmuştur. Ancak istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır (p>0,05) (Tablo 4.11).

**Tablo 4. 11.** Bireylerin bölümlerine göre Besin Satın Alma Davranışları Ölçeği puanları

Puan	BDB (n=97)		Hemşirelik (n=82)		FTR (n=60)		p
	X ± Ss	Alt-üst	X ± Ss	Alt-üst	X ± Ss	Alt-üst	
Besin Değeri	9,0±3,1	1,0-15,0	8,1±3,7	0,0-15,0	7,4±3,3	1,0-15,0	<b>0,004</b>
Maliyet Tasarrufu	15,4±5,1	6,0-27,0	15,4±5,6	4,0-27,0	15,6±5,9	0,0-27,0	0,929
Besin Güvencesi	23,4±6,3	10,0-33,0	21,1±7,4	0,0-33,0	20,9±7,4	10,0-33,0	0,071
Kolaylık	8,7±3,0	4,0-15,0	8,5±3,1	0,0-15,0	7,9±2,8	3,0-15,0	0,326
<b>Toplam</b>	56,3±14,2	30,0-90,0	53,1±18,3	9,0-90,0	51,7±15,5	26,0-90,0	0,131

BDB: beslenme ve diyetetik; FTR: fizyoterapi ve rehabilitasyon.

X ± Ss, ortalama±standart sapma

Kruskal Wallis analizi yapılmıştır.<sup>a</sup>Beslenme ve Diyetetik-Fizyoterapi ve Rehabilitasyon; <sup>b</sup>Beslenme ve Diyetetik-Hemşirelik; <sup>c</sup>Hemşirelik-Fizyoterapi ve Rehabilitasyon arasındaki farklılıkları gösterir. **p<0,05.**

#### **4.6. Bireylerin Sürdürülebilir Beslenme Bilgi Düzeyleri ve Besin Satın Alma Davranışları Arasındaki Korelasyon**

Tablo 4.12'de, Beslenme ve Diyetetik grubu bireylerin Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranış Ölçeği (SBYDÖ) ile Besin Satın Alma Davranışları Ölçeği (BSADÖ) toplam puanları arasındaki ilişki incelenmiştir. SBYDÖ toplam puanı ile BSADÖ toplam puanı arasında yüksek düzeyde pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r = 0,662$ ;  $p < 0,001$ ). Alt boyutlar incelendiğinde, SBYDÖ'nün "Besin Tercihi" alt boyutunun BSADÖ'nün tüm alt boyutlarıyla pozitif ve anlamlı ilişkiler sergilediği ( $r=0,222-0,322$ ;  $p < 0,05$ ) belirlenmiştir. "Gıda İsrafının Azaltılması" alt boyutunun da BSADÖ'nün tüm alt boyutlarıyla benzer şekilde pozitif ilişkiler gösterdiği görülmüştür ( $r=0,320-0,428$ ;  $p < 0,001$ ). Özellikle "Mevsimsel ve Yerel Beslenme" ile "Besin Satın Alma" alt boyutlarının, BSADÖ'nün tüm alt boyutlarıyla daha güçlü ve anlamlı ilişkiler sergilediği saptanmıştır ( $r=0,0454-0,655$ ;  $p < 0,001$ ).

Hemşirelik bölümü öğrencilerinde SBYDÖ ile BSADÖ arasındaki ilişki güçlü bir şekilde pozitif bulunmuştur ( $r=0,781$ ,  $p < 0,001$ ) (Tablo 4.13). Gıda israfının azaltılması alt boyutu ile BSADÖ'nün tüm alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler gözlenmiştir. En yüksek korelasyon ise BSADÖ'nün "Maliyet Tasarrufu" alt boyutu ile SBYDÖ'nün "Gıda İsrafının Azaltılması" alt boyutu arasında bulunmuştur ( $r=0,677$ ,  $p < 0,001$ ).

Fizyoterapi ve Rehabilitasyon (FTR) bölümü öğrencilerinde SBYDÖ ile BSADÖ arasındaki korelasyon incelendiğinde, toplam puanlar arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=0,695$ ,  $p < 0,001$ ) (Tablo 4.14). Alt boyut düzeyinde bakıldığında, "Besin Tercihi" alt boyutu ile BSADÖ'nün "Besin Değeri" alt boyutu arasında güçlü bir korelasyon olduğu belirlenmiştir ( $r=0,666$ ,  $p < 0,001$ ). Ancak, diğer gruplardan farklı olarak FTR öğrencilerinde "Kolaylık" alt boyutuyla ilişkiler daha zayıf kalmıştır ( $p > 0,05$ ).

Genel bireyler üzerinde yapılan analizlerde, SBYDÖ'nün tüm alt boyutlarının BSADÖ ile pozitif ve anlamlı ilişkiler gösterdiği belirlenmiştir ( $r=0,715$ ,  $p < 0,001$ ) (Tablo 4.15). Özellikle, SBYDÖ'nün "Mevsimsel ve Yerel Beslenme" alt boyutu ile BSADÖ'nün "Güvenlik" alt boyutu arasında en yüksek korelasyon değerlerinden biri bulunmuştur ( $r=0,522$ ,  $p < 0,001$ ).

**Tablo 4. 12.** Beslenme ve Diyetetik grubu bireylerin Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranışları Ölçeği ve Besin Satın Alma Davranışları Ölçeği puanları arasındaki ilişki

	BSADÖ- Besin Değeri		BSADÖ- Maliyet Tasarrufu		BSADÖ- Besin Güvencesi		BSADÖ- Kolaylık		BSADÖ-Toplam	
	r	p	r	p	r	p	r	p	r	p
SBYDÖ- Besin Tercihi	0,279	<b>0,006</b>	0,255	<b>0,012</b>	0,222	<b>0,029</b>	0,316	<b>0,002</b>	0,322	<b>0,001</b>
SBYDÖ- Gıda İsrafının Azaltılması	0,320	<b>0,001</b>	0,334	<b>0,001</b>	0,353	<b>0,000</b>	0,345	<b>0,000</b>	0,428	<b>0,000</b>
SBYDÖ- Mevsimsel ve Yerel Beslenme	0,469	<b>0,000</b>	0,468	<b>0,000</b>	0,458	<b>0,000</b>	0,0454	<b>0,000</b>	0,581	<b>0,000</b>
SBYDÖ- Besin Satın Alma	0,514	<b>0,000</b>	0,482	<b>0,000</b>	0,583	<b>0,000</b>	0,449	<b>0,000</b>	0,655	<b>0,000</b>
<b>SBYDÖ-Toplam</b>	0,493	<b>0,000</b>	0,485	<b>0,000</b>	0,507	<b>0,000</b>	0,490	<b>0,000</b>	0,623	<b>0,000</b>

**Tablo 4. 13.** Hemşirelik grubu bireylerin Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranış Ölçeği ve Besin Satın Alma Davranışları Ölçeği puanları

	BSADÖ- Besin Değeri		BSADÖ- Maliyet Tasarrufu		BSADÖ- Besin Güvencesi		BSADÖ- Kolaylık		BSADÖ-Toplam	
	r	p	r	p	r	P	r	p	r	p
SBYDÖ- Besin Tercihi	0,377	<b>0,000</b>	0,511	<b>0,000</b>	0,464	<b>0,000</b>	0,337	<b>0,002</b>	0,498	<b>0,000</b>
SBYDÖ- Gıda İsrafının Azaltılması	0,692	<b>0,000</b>	0,677	<b>0,000</b>	0,683	<b>0,000</b>	0,526	<b>0,000</b>	0,742	<b>0,000</b>
SBYDÖ- Mevsimsel ve Yerel Beslenme	0,542	<b>0,000</b>	0,646	<b>0,000</b>	0,608	<b>0,000</b>	0,435	<b>0,000</b>	0,653	<b>0,000</b>
SBYDÖ- Besin Satın Alma	0,652	<b>0,000</b>	0,649	<b>0,000</b>	0,661	<b>0,000</b>	0,575	<b>0,000</b>	0,724	<b>0,000</b>
<b>SBYDÖ-Toplam</b>	0,681	<b>0,000</b>	0,739	<b>0,000</b>	0,721	<b>0,000</b>	0,555	<b>0,000</b>	0,781	<b>0,000</b>

**Tablo 4. 14.** Fizyoterapi ve Rehabilitasyon grubu bireylerin Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranış Ölçeği ve Besin Satın Alma Davranışları Ölçeği puanları arasındaki ilişki

	BSADÖ- Besin Değeri		BSADÖ- Maliyet Tasarrufu		BSADÖ- Besin Güvencesi		BSADÖ- Kolaylık		BSADÖ-Toplam	
	r	p	r	p	r	p	r	p	r	p
SBYDÖ- Besin Tercihi	0,666	<b>0,000</b>	0,302	<b>0,019</b>	0,404	<b>0,001</b>	0,410	<b>0,001</b>	0,510	<b>0,001</b>
SBYDÖ- Gıda İsrafının Azaltılması	0,323	<b>0,012</b>	0,638	<b>0,000</b>	0,484	<b>0,000</b>	0,210	0,107	0,566	<b>0,000</b>
SBYDÖ- Mevsimsel ve Yerel Beslenme	0,704	<b>0,000</b>	0,381	<b>0,000</b>	0,450	<b>0,000</b>	0,489	<b>0,000</b>	0,583	<b>0,000</b>
SBYDÖ- Besin Satın Alma	0,675	<b>0,000</b>	0,358	<b>0,000</b>	0,484	<b>0,000</b>	0,484	<b>0,000</b>	0,582	<b>0,000</b>
<b>SBYDÖ-Toplam</b>	0,700	<b>0,000</b>	0,550	<b>0,000</b>	0,566	<b>0,000</b>	0,473	<b>0,000</b>	0,695	<b>0,000</b>

**Tablo 4. 15.** Bireylerin Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranış Ölçeği ve Besin Satın Alma Davranış Ölçeği puanları arasındaki ilişki

	BSADÖ- Besin Değeri		BSADÖ- Maliyet Tasarrufu		BSADÖ- Besin Güvencesi		BSADÖ- Kolaylık		BSADÖ-Toplam	
	r	p	r	p	r	p	r	p	r	p
SBYDÖ- Besin Tercihi	0,415	<b>0,000</b>	0,367	<b>0,000</b>	0,371	<b>0,000</b>	0,347	<b>0,000</b>	0,446	<b>0,000</b>
SBYDÖ- Gıda İsrafının Azaltılması	0,478	<b>0,000</b>	0,543	<b>0,000</b>	0,525	<b>0,000</b>	0,385	<b>0,000</b>	0,597	<b>0,000</b>
SBYDÖ- Mevsimsel ve Yerel Beslenme	0,571	<b>0,000</b>	0,496	<b>0,000</b>	0,522	<b>0,000</b>	0,464	<b>0,000</b>	0,614	<b>0,000</b>
SBYDÖ- Besin Satın Alma	0,615	<b>0,000</b>	0,506	<b>0,000</b>	0,605	<b>0,000</b>	0,507	<b>0,000</b>	0,673	<b>0,000</b>
<b>SBYDÖ-Toplam</b>	0,632	<b>0,000</b>	0,594	<b>0,000</b>	0,620	<b>0,000</b>	0,516	<b>0,000</b>	0,715	<b>0,000</b>

## 5. TARTIŞMA

Gün içinde ne tüketeceğimize; gıdanın tat özelliklerinin yanında sağlık faydaları, kalitesini ve çevreye olan etkisini göz önüne alarak seçimler yapmalıyız. Oysa ki son zamanlarda tüketici gıda seçimlerinin, çevre üzerine ciddi sonuçları olduğu kanıtlanmıştır. Buna bağlı olarak ortaya çıkan çevresel etkilerden en önemlisi, iklimsel değişikliğe neden olan sera gazı salınımlarıdır (82). Bu sebeple günümüzde birçok soru gündeme gelmiştir. Bunlardan en önemlisi "İnsanlar gelecekte ne tüketecek? " sorusu olmuştur (83). Bu nedenle sürdürülebilir beslenmeye olan ilgi giderek artmaktadır.

Bu çalışmanın amacı, Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyleri ile besin satın alma davranışları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Sürdürülebilir beslenme, hem kişisel hem de küresel sağlık açısından büyük bir öneme sahiptir. Fakat, sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme konusu hakkında ne düzeyde bilgi sahibi oldukları ve bu bilginin besin satın alma davranışlarına nasıl etki ettiği konusunda yeterli veri mevcut değildir. Bu durum, öğrencilerin sağlıklı ve sürdürülebilir beslenme alışkanlıkları edinmesini zorlaştırabilir. Bu araştırma ile bu konuda herhangi bir bilgi boşluğunun olup olmadığı ortaya konularak konu ile ilgili bir farkındalık yaratmayı amaçlamaktadır (5).

Bu çalışma; sürdürülebilir beslenmeye dair farkındalığın artması, ilgili politikaların geliştirilmesi ve literatüre katkı sağlanması amacıyla Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi lisans öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme konusundaki bilgi ve davranışlarını, bunların besin tercihleri ile ilişkisini değerlendirmeyi hedeflemiştir. Bu çalışma 21.11.2024 - 02.12.2024 tarihleri arasında Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesinde eğitim gören, Beslenme ve Diyetetik, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon ve Hemşirelik bölümlerinden 2, 3 ve 4.sınıf öğrencisi olmak üzere 199 (%83,2) kadın ve 40'ı (% 16,7) erkek olmak üzere toplam 239 gönüllü öğrenci üzerine yapılmıştır.

### 5.1. Öğrencilerin Genel Özelliklerinin Değerlendirilmesi

Çalışmanın öğrenci örnekleme bakıldığında, Beslenme ve Diyetetik bölümünde eğitim gören öğrenciler ile diğer bölümlerde eğitim gören öğrencilerin yaş ortalaması arasında bir fark bulunmamıştır ( $p=0,026$ ). Öğrenci örnekleminin çoğunluğu kadın (%83,2) öğrencilerden oluşmaktadır. Bu durum, hem sağlık bilimleri fakültesinin hem de Beslenme ve Diyetetik bölümünün kadınlar tarafından daha fazla tercih edilmesiyle açıklanabilir.

Bu çalışmada öğrencilerin üniversite eğitimi süresince yaşadıkları yerler incelendiğinde, %71,1'inin aile evinde kaldığı, %18,4'ünün ise devlet yurtlarında kaldığı görülmüştür ( $p=0,024$ ) (Tablo 4.1.). Yapılan benzer bir çalışmada öğrencilerin %30,0'ı aile evinde, %30,0'ı öğrenci evinde arkadaşları ile, %30,8'i yurttan kaldığını belirtmiştir (84). Yapılan diğer bir çalışmada ise öğrencilerin %31,4'ü özel yurttan veya aparttada, %25,8'i arkadaşları ile birlikte evde, %19,1'i aile evinde, %16,3'ü devlet yurtlarında kaldığı gösterilmiştir (85). Üniversite öğrencilerine yönelik benzer bir çalışmada; öğrencilerin yaklaşık yarısının (erkek: %45,1; kadın: %55,9) aile evinden uzakta kaldığı belirlenmiştir (86). Bizim çalışmamızda, aile evinde kalma oranının yüksek çıkmasının nedeni yapılan çalışmanın bir vakıf üniversitesi olması ve vakıf üniversitelerinin genelde ailenin yaşadığı yerlerde tercih edilmesinden kaynaklanabilir. Ayrıca öğrenciler; üniversite tercihi yaparken sadece aile evinde kalma durumuna ek olarak eğitim fırsatları, tercih edilen üniversite ve bölüm gibi çeşitli faktörleri de göz önünde bulundururlar.

Bu çalışmaya katılan öğrencilerin gelir durumu incelendiğinde; %45,6'sının gelirinin giderleriyle eşit olduğu, %40,6'sının gelirinin giderlerinden daha az olduğu ve %13,8'inin ise gelirinin giderlerinden fazla olduğu belirlenmiştir ( $p=0,015$ ), (Tablo 4.1). Yapılan benzer bir çalışmada öğrencilerin gelir durumları incelendiğinde, %43,5'inin gelirinin giderlerinden düşük, %38,0'inin gelirinin giderleriyle eşit, %18,5'inin ise gelirinin giderlerinden fazla olduğu gösterilmiştir (87). Lisans öğrencilerine yönelik yapılan başka bir çalışmada, öğrencilerin %53,8'inin gelirinin giderlerinden fazla, %36,1'inin gelirinin giderleriyle eşit, %10,1'inin ise gelirinin giderlerinden düşük olduğu belirlenmiştir (5). Yapılan araştırmalar, öğrenciler arasında çeşitli gelir düzeylerine sahip bireylerin bulunduğunu ortaya koymaktadır. Üniversite öğrencilerinin gelir ve harcama durumu; yaşadıkları şehir ve konumlarına bağlı olarak değişirken,

devlet ve özel üniversitelerde öğrenim görmeleri de bu farklılıkları belirgin şekilde etkileyebilir.

Son yıllarda; kardiyovasküler hastalıklar, kanser, tip 2 diyabet ve obezite gibi kronik yaşam tarzı hastalıklarının genç bireyler arasında görülme sıklığı, geçmiş dönemlerdeki orana kıyasla endişe verici bir yükseliş olduğu gözlemlenmektedir (88). Lisans öğrencileri ile yapılan bir çalışmada, öğrencilerin %14,6'sının kronik bir hastalığının olduğunu belirtilmiştir (79). Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada, öğrencilerin %16,7'sinin kronik bir hastalığa sahip olduğu bulunmuştur (89). Üniversite öğrencileri üzerine yapılan bir diğer çalışmada; öğrencilerin obezite, hipertansiyon ve diyabet hastası oldukları tespit edilmiştir (90). Bir diğer çalışmada ise öğrencilerin %15,0'inin tanısı konmuş bir hastalığı olduğu bulunmuştur. Öğrenciler en fazla %26,7'si ile psikolojik sorunlar, %10,0'u kalp damar hastalığı, %1,7'si oranıyla diyabet tanısı aldığını belirtmiştir (84). Sağlık Bilimleri Fakültesinde yapılan bir çalışmada, öğrencilerin %11,3'ünün belli bir hastalığa sahip olduğunu ve en çok görülen hastalıkların mide ve tiroit ile ilgili olduğu ortaya konmuştur (91). Yaptığımız çalışmada öğrencilerin %86,6'sı herhangi bir hastalığı olmadığını belirtirken, %13,4'ü belirli bir hastalığa sahip olduğunu ifade etmiştir (p=0,855). En sık bildirilen hastalıklar %15,6 ile hipotiroidi, %12,5 ile PKOS ve %6,3 ile migren olmuştur (Tablo 4.2). Çalışmamızda literatürden farklı olarak PKOS hastalığının oranının yüksek olması, çalışmamıza katılan kadın katılımcının fazla olmasından kaynaklanmaktadır. PKOS, yetişkin kadın popülasyonunun yaklaşık %15-18'ini etkilemektedir (92). Genel olarak yapılan çalışmalarda üniversite öğrencilerinde tanısı konmuş hastalığın düşük olduğu görülmektedir.

Üniversite dönemi, öğrenciler için bağımsızlık kazanma ve kişisel yaşam tarzlarını oluşturma sürecinin başlangıcını simgeler. Bu dönemde, bireylerin önceki diyet alışkanlıklarını pekiştirdiği ya da yeni beslenme düzenleri geliştirdiği gözlemlenmektedir (93). Dayı ve arkadaşları (94) tarafından üniversite öğrencilerine yönelik yapılan bir çalışmada, öğrencilerin %82,9'unun karışık beslendiği tespit edilmiştir. Atar'ın (95) çalışmasında katılımcıların %90,4'ü omnivor (karışık) beslendiği ve %1,2' sinin vejeteryen olduğu belirtilmiştir. Yapılan bir araştırmada, üniversite öğrencilerinin %18,3'ünün kişisel bir diyet uyguladığı görülmüştür (96). Çalışmamızda, bireylerin %75,7'sinin herhangi bir kişisel diyet uygulamadığını ifade ettiği belirlenmiştir. Kişisel diyet uygulayan katılımcılar arasında ise en sık tercih edilen diyet türleri, ketojenik diyet (%22,4) ve yarı vejeteryen (%10,2) beslenme olarak tespit

edilmiştir (Tablo 4.2.). Çalışmamızda ketojenik diyet uygulama oranının yüksek çıkmasının, katılımcılar arasında kadınların sayıca fazla olması ve en yaygın bildirilen sağlık sorununun %12,5 oranıyla PKOS (Polikistik Over Sendromu) olmasıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Yapılan çalışmalarda ketojenik diyetin, PKOS'tan etkilenen kadınlarda yalnızca yaklaşık 6 hafta gibi kısa bir sürede kilo kaybı dahil birçok olumlu etki sağladığı ortaya konulmuştur (97, 98). Üniversite öğrencilerinin beslenme bilgi seviyesini belirlemek; sağlıklı beslenme alışkanlıklarını teşvik etmek ve beslenme kaynaklı sağlık problemlerini engellemeye yönelik müdahale stratejileri oluşturmak açısından önemlidir.

Sigara kullanımı ve alkol tüketimi, dünya genelindeki hastalık yükünün başlıca etkenleri arasında yer almakta olup erken ölüm oranlarını önemli ölçüde arttırdığı görülmektedir (99). Sigara, son otuz yıl içinde dünya genelinde 175 milyondan fazla ölüme yol açmıştır. Birçok ülkede sigara içme oranlarını azaltmaya yönelik önemli adımlar atılmasına rağmen sigara, önlenebilir hastalıklar ve ölümler açısından hala en önemli risk faktörlerinden biri olmaya devam etmektedir (100). Yapılan bir çalışmada; öğrencilerin %69,5'inin hiç sigara kullanmadığı, öğrencilerin alkol tüketim durumları incelendiğinde ise, erkek öğrencilerin %72,3'ünün ve kadın öğrencilerin %91,4'ünün alkol kullanmadığı tespit edilmiştir. Alkol tüketen öğrenciler arasında ise %7,6 oranında bira tüketiminin yaygın olduğu belirlenmiştir (101). Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada, sigara ve alkol tüketim oranının erkeklerde kadınlara göre daha fazla olduğu görülmüştür ( $p<0,05$ ) (102). Ürdün'de üniversite öğrencilerine yönelik yapılan bir çalışmada, öğrencilerin %16'sının sigara kullandığını ve %5'inin alkol tükettiğini göstermiştir. Ayrıca bu çalışmada, sigara kullanım oranının sağlık bölümlerinde okumayan öğrencilerin sağlık bölümlerinde okuyanlara göre daha yüksek olduğunu tespit etmiştir (103). Yapılan bir başka çalışmada, Sağlık Bilimleri Fakültesinde okuyan öğrencilerin alkol kullanım oranı %2,8 iken diğer fakültelerde ise %97,2 olarak belirlenmiştir (104). Yine benzer bir çalışmada, sigara kullanım oranının kadınlara kıyasla erkeklerde daha yüksek olduğu görülmüştür. Yapılan bu ve bizim çalışmamızda da sigara kullanmama oranının yüksek çıkmasının nedeni kadın katılımcıların daha yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Bu durum kadınların sigara kullanım oranlarının düşük olmasından ve toplumsal açıdan kadınların sigara tüketmesinin hoş karşılanmaması olduğu belirtilmektedir (105). Yaptığımız çalışmada ise öğrencilerin %77,8'i sigara içmediğini, %22,2'si ise sigara içtiğini belirtmiştir ( $p=0,006$ ). Alkol tüketim oranları ise %89,5'lik bir oranla düşük bulunmuştur

( $p < 0,001$ ). (Tablo 4.3.). Alkol kullanan öğrencilerin en çok tercih ettiği içecek ise %34,7 ile bira olmuştur. Ayrıca çalışmalarda, alkol tüketiminin de düşük olmasının nedeni islami inançları yansıttığı düşünülebilir. Çalışmamızda erkeklerin kadınlara göre daha yüksek sigara kullanım oranı tespit edilmiştir. Literatürdeki diğer çalışmalar ile benzerlik göstermektedir. Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin lisans eğitimleri boyunca aldıkları dersler sayesinde sağlık bilincinin daha yüksek olduğu ve bu nedenle hem sigara hem de alkol tüketimlerinin diğer gruplarda yapılan çalışmalara göre daha düşük olduğu söylenebilir.

## 5.2. Öğrencilerin Egzersiz ve Beslenme Alışkanlıkları

Fiziksel aktivite ve düzenli egzersiz; sağlıklı, dinamik ve aktif bir yaşam tarzının temel unsurlarıdır. Dünya Sağlık Örgütü'ne (WHO) göre; fiziksel aktiviteyi teşvik etmeyi amaçlayan müdahaleler, sürdürülebilir sağlık iyileştirmeleri sağlayan etkili stratejiler olarak kabul edilmektedir. Çeşitli araştırmalar, toplumun büyük bir kısmında genç yaşlardan itibaren ve yetişkinlik döneminde fiziksel hareketsizliğin yaygın olduğunu ortaya koymaktadır (106). Yapılan bir çalışmada, üniversite öğrencilerin % 81,5'inin egzersiz yapmadığı belirtilmiştir (107). Sağlık Bilimleri Fakültesinde okuyan öğrencilere yönelik yapılan bir çalışmada %71,7' inin egzersiz yapmadığı gösterilmiştir (108). Çinli üniversite öğrencilerine yapılan bir çalışmada ise egzersiz yapma oranlarının düşük olduğu saptanmış cinsiyet karşılaştırmasında erkeklerin kadınlara oranla daha yüksek egzersiz yapma oranı ortaya konmuştur (109). Yapılan başka bir araştırmada, yetişkinlerin %26,4'ünün (erkeklerin %25,3, kadınların %27,2) düzenli olarak egzersiz yapmadığı tespit edilmiştir (110). Bulgularımız literatürdeki çalışmalar ile benzerlik göstermektedir. Yapılan çalışmada öğrencilerin %83,7'si düzenli egzersiz yapmadığını ifade etmiştir ( $p < 0,001$ ). Haftada 150 dakika egzersiz yapma oranı, genel olarak %42,7 olarak tespit edilmiştir (Tablo 4.4.). Elde edilen bulgular, üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite düzeyinin yetersiz olduğunu ortaya koymaktadır. Bu doğrultuda, öğrencilerin sporu yaşam biçimi olarak benimsemelerini desteklemek amacıyla üniversite kampüslerinde egzersiz alanlarının geliştirilmesi ve çeşitli spor faaliyetlerinin yaygınlaştırılması gerekmektedir.

Öğün atlama, bir veya daha fazla geleneksel ana öğünün (kahvaltı, öğle yemeği, akşam yemeği) gün boyunca tüketilmemesi ya da atlanması durumudur. Genç yetişkinlerde öğün atlama prevalansı %24 ile %87 arasında değişmekte olup bu yaş grubunda öğün atlama sıklığı diğer yaş gruplarına göre daha yüksektir (111).

Zemzemoğlu ve arkadaşlarının (112) yapmış olduğu çalışmada, sağlık bilimleri fakültesinde okuyan öğrencilerin %96,0'ının ana öğün atladığı ve ana öğün atlama nedeni olarak %37,1 oranı ile zaman yetersizliği olarak belirtilmiştir. Yapılan bir çalışmada, öğrencilerin %50,1'inin gün içerisinde üç öğün tüketmediği, %84,5'inin ana öğünleri atladığı belirtilmiştir. Erkeklerin öğün atlama sebeplerinin geç kalkma ve zaman yetersizliği olduğu, kadınların ise zaman kısıtlaması ve açlık hissetmeme gibi nedenlerle ana öğün atladıkları ortaya konmuştur (113). Kamerun'da yapılan bir araştırmada, öğrencilerin yalnızca %33,5'i ana öğün atlamadığını; %49,8'nin ise iki öğün tükettiği gösterilmiştir (114). Gençler üzerine yapılan diğer bir çalışmada ise öğün atlama yaygınlığının %5 ila %83 arası değiştiğini belirtmiştir. Bu çalışmada zaman yetersizliği, öğün atlama davranışı ile güçlü bir ilişki sergilemiş; on çalışmadan dokuzunda zaman kavramı öğün atlamanın en önemli nedeni olarak karşımıza çıkmıştır (111). Üniversite öğrencilerinin katıldığı bir başka çalışmada, öğrencilerin çoğunun ana öğününü atladığı ortaya konmuştur. Öğrencilerin öğün atlama nedenlerinin başında ise zaman yetersizliği ve canının istememesi öne çıkmıştır (115). Literatür incelendiğinde, üniversite öğrencileri arasında öğün atlama oldukça yaygın görülmektedir (107,108). Yaptığımız çalışmada, öğrencilerin %65,7'si günlük iki öğün tükettiğini, %26,4'ü üç öğün tükettiğini beyan etmiştir (p=0,058). Öğün atlama oranı ise %56,9 olarak bulunmuş ve atlama nedenleri arasında en yaygın neden “şahsın alışkanlığının olmaması” (%35,3) olarak bildirilmiştir (p=0,037). Bunu %22,2 ile iştahsızlık ve %14,0 ile uyku düzensizliği takip etmiştir. (Tablo 4.5). Literatüre göre zaman yetersizliği nedeni çalışmamızda daha düşük çıkmıştır. Üniversite ortamında, öğrencilerin beslenme hizmetlerine erişiminin artırılması ve bu olanakların yaygınlaştırılması, bireylerin düzenli öğün alışkanlıkları kazanmalarına olumlu katkılar sağlayabilir.

Besin takviyeleri; besin eksikliklerini gidermek ve genel sağlık düzeyini desteklemek amacıyla son zamanlarda dünya genelinde yaygın bir şekilde tercih edildiği görülmektedir (116, 117). Çalışmamızda, öğrencilerin %24,3'ü besin desteği kullandığını, %75,7'si ise besin desteği kullanmadığını belirtmiştir (p=0,318). En sık kullanılan besin destekleri %27,6 D vitamini, %25,0 demir ve %15,8 ile B12 vitamini olmuştur (Tablo 4.6). Kara'nın (84) üniversite öğrencilerine yönelik yaptığı çalışmada, öğrencilerin %10,7'si besin destekleri kullandığını belirtmiştir. Yapılan bir çalışmada, öğrencilerin besin takviyesi kullanım oranı yüksek bulunmuş olup, katılımcıların %56'sı besin takviyesi kullandığını ifade etmiştir. En yaygın kullanılan takviyeler ise %28 oranı ile multivitaminler ve C vitamini olmuştur (118). Üniversite öğrencileri

üzerinde yapılan bir başka çalışmada, besin takviyesi kullanım oranının %14,3 olduğu belirtilmiştir. En sık tercih edilen takviyeler ise %15,2 B12 vitamini, %15,2 D vitamini ve %13,6 oranı ile demir olmuştur (119). Üniversitede yapılan diğer bir benzer çalışmada öğrencilerinin besin desteği kullanımının oranı %29,4 ile en fazla omega-3 ve multivitamin olduğu görülmüştür. Ayrıca çalışmada, sağlık bilimlerinde okuyan öğrencilerin besin desteği kullanım oranının diğer bölümlere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır (120). Sağlık Bilimleri Fakültesinde yapılan bir çalışmada, besin desteği kullanma oranı %38,6 iken en fazla kullanılan besin desteği D vitamini olduğu görülmüştür (91). Lieberman ve arkadaşlarının (121) üniversite öğrencilerine yönelik yaptığı çalışmada, yaklaşık %66'sı besin desteği kullandığını ve en sık kullanılan besin desteklerinin %42 ile multivitamin/multimineraler, %18 C vitamini, %7 D vitamini ve %7 oranla demir olduğu belirtilmiştir. Bu çalışma, bizim çalışmamız ve literatürdeki benzer çalışmalara oranla daha yüksek oranda besin desteği kullanım oranı sunmuştur. Yapılan çalışmalara bakıldığında kadınların besin desteği kullanım oranı erkeklere göre daha yüksektir. Öğrenciler arasında D vitamini takviyesi kullanımı yaygın olmamakla beraber, D vitamini eksikliği günümüzde sıkça rastlanan bir durumdur. Ek olarak Suudi Arabistan'da gerçekleştirilen yakın tarihli bir çalışmada, D vitamini eksikliğinin sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin akademik başarılarını olumsuz etkilediğini ortaya koymuştur (122). Ayrıca yapılan çalışmalardan farklı olarak yaptığımız çalışmada, demir besin takviyesinin yüksek çıkmasının nedeni kadın katılımcı sayısının fazla olması ve demir eksikliğinin kadınlarda yaygın olmasından kaynaklanıyor olabilir. Dünya genelinde yetişkinlik çağındaki kadınlar arasında demir eksikliği prevalansının %30,2 olduğu tahmin edilmektedir. Bu durum, kadınları özellikle demir eksikliğine karşı savunmasız bir grup haline getirmektedir çünkü demir eksikliğinin görülme sıklığı ve şiddeti erkeklere kıyasla kadınlarda daha yüksek seviyelerde rapor edilmektedir (123).

Egzersiz yapma durumu, kronik hastalık, beslenme alışkanlıkları, sigara ve alkol tüketimi gibi özelliklerin; literatürdeki diğer araştırmalardaki verilerle uyumlu olduğu ve üniversite öğrencilerinin ortak yaşam tarzlarına sahip oldukları düşünülmektedir.

### **5.3. Öğrencilerin Sürdürülebilir Beslenme Bilgi Durumu**

Sürdürülebilir beslenme terimi, bireylerin yeterli ve dengeli beslenmesini sağlarken çevresel sürdürülebilirliği koruma amacıyla ön plana çıkmış ve giderek küresel bir sorun haline gelmiştir (124). Genç bireylerin sürdürülebilir diyetlere

yönlendirilmesi, nüfus sağlığını ve çevresel dengeyi koruma açısından önemli bir hedef olmakla birlikte; bu yaş grubunda sürdürülebilir beslenme alışkanlıklarının benimsenmesi giderek daha fazla önem kazanmaktadır (125). Lisans öğrencileri üzerine yapılan bir çalışmada, öğrencilerin %49,3'ünün sürdürülebilir beslenme kavramına daha önceden aşina olduklarını; bu kavramı en fazla %33,2 ile sosyal medyadan duydukları belirtilmiştir (5). Sağlık Bilimleri Fakültesinde okuyan öğrenciler ile yapılan çalışmada, öğrencilerin %40,9'unun bu kavramı daha önceden duyduklarını ve öğrencilerin bu kavramı %44,80 oran ile sosyal medya üzerinden duydukları saptanmıştır (126). Babacık'ın (127) üniversite öğrencilerine yönelik yaptığı çalışmada %75,2, Gülsöz'ün (128) 20 yaş üzeri bireylerde bu oran %24,3, Ünal Özen'in (129) yapmış olduğu çalışma da %54,9 olarak bulunmuştur. Ünal Özen'in (129) yaptığı çalışmada, öğrencilerin sürdürülebilir beslenme kavramını en yüksek %33,7 oranı ile lisans eğitiminde aldıkları ders esnasında veya akademik ortamlardan duydukları belirtilmiştir. Özüpek ve Arslan'ın (4) yapmış olduğu çalışmada ise kadın öğrencilerin erkeklere oranla sürdürülebilir beslenme kavramını daha çok duyduğu ve bu kavramın en çok diyetisyenler aracılığıyla öğrenildiği tespit edilmiştir. ASM (aile sağlığı merkezi) çalışanları arasında yapılan çalışmada da erkeklerin %52,90' ının ve kadınların %55,00' ının sürdürülebilir beslenme kavramını daha önce duyduğu belirlenmiştir (130). Bizim çalışmamızda %51,6'sı sürdürülebilir beslenme kavramını duyduğunu ifade etmiştir. Sürdürülebilir beslenme kavramını %59,5 ile lisans eğitimi sırasında, % 19,8 oranında sosyal medya ve %4,2 ile bilimsel yayınlar tarafından duydukları görülmüştür. Yapılan çalışmalara bakıldığında, sürdürülebilir beslenme kavramı daha çok lisans dersleri ve sosyal medya aracılığı ile duyulmaktadır. Bu sebeple sosyal medya ve kitle iletişim araçları sürdürülebilir beslenme kavramını duyurmak adına önem arz etmektedir.

#### **5.4. Öğrencilerin Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Davranış Ölçeği Puanları**

Sürdürülebilir beslenme alışkanlıklarının hayata geçirilmesi için tüketici davranışlarının detaylı bir şekilde incelenmesi önem arz etmektedir. Sürdürülebilir beslenmeye yönelik davranışlar arasında; yerel ve organik ürünlerin tercih edilmesi, et tüketiminin azaltılması, fazla ambalajlı ürünlerden kaçınılması, yalnızca mevsimsel sebze ve meyvelerin tüketilmesi ve sürdürülebilirlik sertifikasına sahip ürünlerin alınması vb. davranışlar yer almaktadır (131).

İspanya'da yapılan bir çalışmada, kadınların sürdürülebilirliğe yönelik tutum ve bilgilerinin erkeklere oranla daha yüksek olduğunu göstermiştir (132). Yapılan bir

çalışmada, kadınların çevreye olan duyarlılığı erkeklere kıyasla daha yüksek bulunmuştur (133). Bu durum, kadınların sürdürülebilirlik konularına daha eğilimli olmasıyla açıklanabilir. Atar'ın (95) kurumsal şirket çalışanları üzerine yaptığı çalışmada, kadınların sürdürülebilir beslenme davranışlarının yanı sıra bu konudaki bilgi düzeylerinin de erkeklerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Engin ve Sevim (5) tarafından lisans öğrencileri üzerine yapılan çalışmada da kadınların sürdürülebilir beslenme davranışlarına erkeklere kıyasla daha fazla önem verdiğini ve bu konuda daha olumlu bir eğilim sergilediğini ortaya koymaktadır ( $p = 0.001$ ). Erciyes Üniversitesinde yapılan bir çalışmada ise kadınların erkeklere göre sürdürülebilir beslenme puanları daha yüksek olduğu ve daha sürdürülebilir beslenme tarzını benimsediği bulunmuştur (134). Yiyecek tercihlerindeki cinsiyet farklılıklarına yönelik yapılan bir çalışmada; bitkisel ağırlıklı beslenme, sürdürülebilir beslenme modelleri ile uyumlu kabul edilmektedir. Buna karşın et tüketimi, genellikle 'erkeksi' bir davranış olarak değerlendirilmekte ve erkekler arasında daha yaygın olduğu belirtilmektedir. Meyve ve sebze tüketimi ise toplumsal algıda 'kadınsı' bir tercih olarak görülmekte ve kadınlar arasında daha sık gözlemlenmektedir. Araştırmalara göre erkekler, et tüketimine ilişkin daha olumlu tutumlar bildirirken; Batı toplumlarında kadınların vegan veya vejetaryen olma olasılığı erkeklere oranla yaklaşık iki katı kadar yüksek bulunmuştur. Bu verilere göre, kadınların sürdürülebilir beslenme eğilimlerinin erkeklere oranla daha fazla olduğu sonucuna ulaşılabilmektedir (135).

Almanya'da yapılan bir çalışma, kadınların erkeklere kıyasla daha sürdürülebilir diyet tercihleri yaptığını ve çevre dostu davranışlara daha fazla eğilim gösterdiğini ortaya koymaktadır (136). İtalya'da yapılan benzer bir çalışmada, erkeklerin kadınlara kıyasla daha fazla et ve sağlıksız besin tükettiğini; kadınların ise bitki bazlı beslenmeye daha yatkın olduğunu göstermektedir. Bu durum, beslenme alışkanlıklarının cinsiyetler arasındaki farklılıklarını ve kadınların sürdürülebilir beslenme davranışlarına daha yakın olduğunu ortaya koymaktadır (137). Bizim çalışmamızda da benzer olarak cinsiyetler arası sürdürülebilir beslenme davranış ölçeği puanları karşılaştırıldığında, kadınların erkeklere göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksek puanlar elde ettikleri saptanmıştır. ( $p < 0,05$ ) (Tablo 4.8). Bu veriler, kadınların çevresel farkındalık ve sürdürülebilirlik konularında erkeklere göre daha bilinçli hareket ettiğini ve bu durumun beslenme alışkanlıklarına yansıdığını göstermektedir. Cinsiyetler arasındaki bu farklılık, sürdürülebilirlik odaklı müdahalelerde toplumsal cinsiyet perspektifinin önemini vurgulamaktadır.

Yolcuoğlu ve Kızıltan'ın (138) Başkent Üniversitesinde yaptığı çalışmada, Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme tutum puanlarının diğer bölüm öğrencilerine göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Torabian ve arkadaşlarının (139) yapmış olduğu çalışmada, beslenme ve sağlık alanında eğitim gören öğrencilerin gıda sürdürülebilirliği bilgisi, sosyal bilimler öğrencilerinden daha belirgin bir şekilde fazla olduğu görülmüştür. Ünal Özen (129) tarafından yapılan çalışmada ise Beslenme ve Diyetetik bölümü öğrencilerinin sürdürülebilir besin satın alma davranışına yönelik puan ortalamalarının diğer bölümlere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu çalışmalara benzer olarak bizim çalışmamızda da Beslenme ve Diyetetik bölümü öğrencilerinin ortalama puanları, diğer bölümlere göre daha yüksek bir korelasyon sergilemiştir. Bu durum, Beslenme ve Diyetetik alanındaki öğrencilerin hem sürdürülebilir beslenme davranışlarına hem de besin satın alma tutumlarına yönelik daha bilinçli bir yaklaşım sergilediklerini ve günlük yaşama uyarladıklarını göstermektedir. Bu bulgular, beslenme eğitiminin alınmasının; bireylerin çevre bilincini güçlendirebileceği ve sürdürülebilir besin satın davranışlarını teşvik edebileceği şeklinde yorumlanabilir.

### **5.5. Öğrencilerin Besin Satın Alma Davranışları Ölçeği Puanları**

Besin satın alırken seçimlerinin, bireylerin çevre üzerindeki etkilerine önemli bir ölçüde etkilediği giderek daha fazla kabul gören bir görüş haline gelmektedir (140). Besin satın alma, birçok faktörün etkilediği karmaşık bir karar verme sürecidir. Sürdürülebilirliği desteklemek adına, besin seçiminde daha fazla bitkisel gıdaya yönelmek ve hayvansal gıda tüketimini azaltmak önem taşımaktadır. Ayrıca, mevsimsel ve yerel planlamalar yapılmalı; gıda israfı ve atık oluşumunun önlenmesine yönelik tedbirler alınmalıdır (141). Yapılan çalışmalar, insanların çoğunlukla besin seçimlerinin çevresel etkileri konusunda yeterli farkındalığa sahip olmadığını kanıtlamaktadır (142).

Yapılan bir çalışmada, kadınların sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyleri; sürdürülebilir gıda satın alma durumları erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu ortaya konmuştur (128). İspanya'da yapılan çalışmada, kadınların gıda sürdürülebilirliğine olan ilgisi erkeklere göre daha yüksek olduğu belirtilmiştir (132). Yapılan başka bir çalışmada da kadınların erkeklere göre sürdürülebilir davranış eğilimlerinin daha yüksek olduğu gösterilmiştir (143). Benzer bir çalışmada, çevresel kaygılar arttıkça sürdürülebilir gıdaya olan eğilimin arttığı ve bu durumun da kadınlarda daha yüksek olduğu saptanmıştır (51). Bu durum, kadınların erkeklere kıyasla daha fazla gıda

alışverişi ve yemek hazırlama sorumluluğunu üstlenmeleri aynı zamanda genellikle daha yüksek bir sağlık bilincine sahip olmaları ve bu doğrultuda sürdürülebilir ve sağlıklı gıda tercihinine yönelik daha bilinçli davranışlarıyla ilişkilendirilebilir. Yaptığımız çalışmada, kadınların erkeklere göre besin satın alma puanları yüksek bulunmuş fakat istatistiksel olarak anlamlı değildir. ( $p>0,05$ ) (Tablo 4.10).

Ayaz (144) tarafından sağlık bilimleri fakültesi öğrencileri üzerine yapılan çalışmada, besin tercihinde sağlık ve doğal içerik unsurlarını en fazla dikkate alan grubun Beslenme ve Diyetetik bölümü öğrencileri olduğu belirlenmiştir. Sağlık Bilimleri Fakültesinde yapılan bir başka çalışmada, Beslenme ve Diyetetik bölümünün diğer bölümlere göre beslenme puanının daha yüksek olduğu görülmüştür (145). Yaptığımız çalışmada da Beslenme ve Diyetetik bölümü öğrencilerinin diğer bölümlere göre 'besin değeri' alt puanlarının anlamlı olarak yüksek olduğu görülmüştür. Elde edilen bu sonuçlar, Beslenme ve Diyetetik bölümü öğrencilerinin beslenme bilgi düzeylerinin, aldıkları eğitimle bağlantılı olabileceğini göstermektedir.

#### **5.6. Öğrencilerin Sürdürülebilir Beslenme Bilgi Düzeyleri ve Besin Satın Alma Davranışları Arasındaki Korelasyon**

Engin ve Sevim (5) tarafından lisans öğrencileri üzerine yapılan çalışmada, sürdürülebilir beslenme bilgi puanı arttıkça sürdürülebilir beslenme davranış puanının arttığı tespit edilmiştir. ( $r = 0.405$ ,  $p = 0.001$ ) Yapılan bir çalışmada, beslenme bilgi düzeylerinin bireylerin besin satın alma ve tüketim davranışlarını büyük ölçüde etkilediğini ortaya koymuştur. Beslenme bilgisi yüksek olan gençlerin, beslenme alışkanlıklarını ve besin tüketme sıklıklarını olumlu ölçüde etkilediğini göstermiştir (146). Yapılan başka bir çalışmada, sürdürülebilirlik bilgi düzeyi yükseldikçe sürdürülebilir tüketim davranışının artmış olduğu görülmüştür (147). Torabian ve arkadaşlarının (139) yaptığı çalışmada, sürdürülebilir beslenme konusundaki bilgi düzeyinin artışıyla birlikte sürdürülebilir gıda uygulamalarına yönelik olumlu tutum sergileme olasılığının da yükseldiği gösterilmiştir. Lisans öğrencilerine yönelik yapılan bir çalışmada, sürdürülebilirlik bilgi düzeyi arttıkça sürdürülebilir davranış düzeyinin arttığı görülmüştür (94). Atar'ın (95) çalışmasında, sürdürülebilir beslenme bilgisi ile bu bilgiyi davranışa dönüştürme arasında güçlü, olumlu ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bizim çalışmamızda da diğer çalışmalar ile benzer sonuçlar bulunmuştur. Bu çalışmada sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyi ile besin satın alma arasında pozitif ve güçlü bir ilişki olduğu saptanmıştır ( $r=0,623$ ,  $p<0,001$ ) (Tablo 4.12).

Sürdürülebilir beslenme bilgisi, bireylerin beslenme alışkanlıklarını ve tercihlerindeki karar süreçlerini etkileyen kritik bir unsurdur. Katılımcıların bu alandaki bilgi düzeyinin artırılması, sürdürülebilir beslenme uygulamalarını benimseme eğilimlerini güçlendirebilir. Sonuç olarak bu bilgi artışı, sürdürülebilir gıda tercihleri ve satın alma davranışlarını teşvik ederek çevresel etkilerin azaltılmasına katkıda bulunabilir.

Yapılan bir çalışmada; cinsiyetin sürdürülebilir beslenme genel puanı ve bu puanın alt parametreleri olan besin tercihleri, gıda israfının azaltılması ve gıda satın alma davranışları ile anlamlı bir ilişki gösterdiği saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Ancak, mevsimsel ve yerel beslenme ile cinsiyet arasındaki farklar istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Çalışmada, sürdürülebilir beslenme ölçeği ve alt parametreleri analizinde, besin tercihleri, mevsimsel ve yerel beslenme ile toplam puan arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur ( $p<0,05$ ) (148). Atar'ın (95) çalışmasında ise 'mevsimsel ve yerel beslenme' puanının daha yüksek çıktığı görülmüştür. Bizim çalışmamızda alt boyutlar ele alındığında, güvenlik alt boyutu ve toplam ölçek puanlarında kadınlar daha yüksek puanlar elde etmiş olsa da, bu fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p>0,05$ ) (Tablo 4.10). Bölümler arasında yapılan karşılaştırmada, yalnızca 'Mevsimsel ve yerel beslenme' alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Ayrıca çalışmamızda 'Mevsimsel ve yerel beslenme' ile 'güvenlik' alt boyutları arasında anlamlı ve güçlü bir ilişki tespit edilmiştir ( $r=0,522$ ,  $p<0,001$ ). Bu bulgu, sürdürülebilir beslenme bilincinin artmasının; bireylerin güvenli besin seçimlerine katkı sağladığını göstermektedir. Çalışmamız sağlık bilimleri fakültesi öğrencileri ile gerçekleştirildiğinden katılımcıların genel sürdürülebilir beslenme konusundaki bilgi ve tutumları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu durum, sağlık öğrencilerinin beslenme ile ilgili aldıkları derslerin etkisiyle açıklanabilmektedir.

Dünya genelinde üretilen gıda miktarının yaklaşık üçte biri israf edilmektedir. Bu durum, çevresel sürdürülebilirlik açısından ciddi bir risk oluşturmaktadır (149). Yolcuoğlu ve Kızıltan'ın (138) çalışmasında, 'Gıda İsrafını Azaltma' puanının tüm bölümler arasında Beslenme ve Diyetetik puan ortalamasını en yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir. Ünal Özen (129) tarafından yapılan çalışmada, Beslenme ve Diyetetik bölümü öğrencilerin 'gıda israfından kaçınma' puanının diğer bölümlere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Zakowska-Biemans ve arkadaşları (150) tarafından yapılan çalışmada, en yüksek ortalama puanların 'Gıda İsrafından Kaçınma' ve 'Mevsimsel ve Yerel Beslenme' faktörlerine ait olduğu tespit edilmiştir. Bizim

çalışmamızda benzer bulgular elde edilmiştir. Gıda israfının azaltılması alt boyutu ile besin satın alma davranışları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Hemşirelik bölümünde ise en yüksek korelasyon, 'Maliyet Tasarrufu' alt boyutu ile 'Gıda İsrafının Azaltılması' alt boyutu arasında saptanmıştır ( $r=0,677$ ,  $p<0,001$ ). Bu bulgu, hemşirelik öğrencilerinin gıda israfını azaltmaya yönelik davranışlarının, maliyet odaklı besin satın alma tutumlarıyla güçlü bir ilişki içerisinde olduğunu ortaya koymaktadır.

Çalışmamızın H1 ve H2 hipotezleri, üniversite öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyleri ile besin satın alma davranışları arasında pozitif bir ilişki olduğunu ve bu bilginin artışıyla birlikte sürdürülebilir gıda tercihleri ve satın alma eğilimlerinin de olumlu yönde gelişeceğini öngörmektedir. Bu hipotezler, sürdürülebilir beslenme bilgisinin, bireylerin çevre dostu ve sürdürülebilir besin tercihleri yapmalarını teşvik ettiğini ve bu bilincin satın alma davranışlarına olumlu olarak yansıdığını ortaya koymaktadır. Çalışmamızda, üniversite öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyleri ile besin satın alma davranışları arasında pozitif ve güçlü bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $r=0,623$ ,  $p<0,001$ ) (Tablo 4.12). Bu bulgu, H1 ve H2 hipotezinin doğruluğunu desteklemektedir. Elde edilen sonuç, sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyi arttıkça öğrencilerin çevreye duyarlı ve sürdürülebilir gıda tercihleri yapma eğilimlerinin güçlendiğini göstermektedir. Bu durum, sürdürülebilir beslenme bilgisinin bireylerin besin satın alma davranışları üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu ve bireylerin tüketim alışkanlıklarında pozitif bir değişim yaratabileceğini ortaya koymaktadır.

Çalışmamızın H3 hipotezi, üniversite öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme bilgi düzeylerinin farklı gruplar arasında anlamlı bir farklılık gösterdiğini varsaymaktadır. Araştırmamızın bulguları, Beslenme ve Diyetetik bölümü öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme bilgi düzeylerinin diğer bölümlere (Hemşirelik, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon) kıyasla daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Bu sonuç, H3 hipotezini desteklemektedir. Beslenme ve Diyetetik bölümü öğrencilerinin, eğitim aldıkları alana özgü olarak sürdürülebilir beslenme konusunda daha derinlemesine bilgiye sahip olduklarını göstermektedir. Ek olarak bu bulgu; eğitim müfredatlarının ve disiplinler arası yaklaşımın, sürdürülebilir beslenme bilgisinin yayılmasında kritik bir rol oynadığını vurgulamaktadır.

## 6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışma, Kasım 2024 – Aralık 2024 tarihleri arasında Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesinde eğitim gören, çalışmaya katılmayı kabul eden 18 yaş üzeri öğrenciler üzerinde 199 (%83,2) kadın ve 40 (%16,7) erkek olmak üzere toplam 239 gönüllü öğrenciye uygulanmıştır. Bu çalışma, sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyleri ile besin satın alma davranışları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yürütülmüştür. Bu çalışmanın sonuçları aşağıda gösterilmiştir.

### 6.1. Sonuçlar

1. Bu çalışma 199 (%83,2) kadın ve 40 (%16,7) erkek olmak üzere toplam 239 gönüllü öğrenci üzerinde yapılmıştır.
2. Öğrencilerin yaş ortalaması erkeklerde  $21,6 \pm 2,3$ , kadınlarda  $21,2 \pm 1,5$  ve toplamda  $21,3 \pm 1,7$  olarak bulunmuştur ( $p=0,026$ ).
3. Öğrencilerin %40,6'sı Beslenme ve Diyetetik, %34,3'ü Hemşirelik ve %25,1'i Fizyoterapi ve Rehabilitasyon bölümleri olarak dağılım göstermiştir ( $p<0,001$ ).
4. Öğrencilerin sınıf dağılımına bakıldığında; %41,8'i 3. sınıfta, %31,8'i 4. sınıfta ve %26,4'ü 2. sınıfta olduğu belirlenmiştir ( $p=0,351$ ).
5. Öğrencilerin memleketleri; %66,9'u Gaziantep, %6,3'ü Şanlıurfa ve %5,9'u Hatay ağırlıklı olmak üzere farklı şehirlerden oluşmaktadır ( $p=0,159$ ).
6. Öğrencilerin üniversite eğitimi boyunca %71,1'inin aile evinde, %18,4'ünün ise devlet yurdunda ikamet ettiği belirlenmiştir ( $p=0,024$ ).
7. Gelir durumu bakımından katılımcıların %45,6'sı "gelirim giderime eşit", %40,6'sı "gelirim giderimden az" ve %13,8'i "gelirim giderimden fazla" şeklinde beyan etmiştir ( $p=0,015$ ).
8. Beslenmenin toplam gelirdeki payı ise %31,8 ile en çok 3/4 olarak ifade edilmiştir ( $p=0,410$ ).
9. Bireylerin %86,6'sı herhangi bir hastalık olmadığını belirtirken, %13,4'ü belirli bir hastalığa sahip olduğunu ifade etmiştir ( $p=0,855$ ).
10. En sık bildirilen hastalıklar sırasıyla %15,6 hipotiroidi, %12,5 PKOS ve %6,3 oranla migren olmuştur.
11. Bireylerin %87,9'u hastalığa özgü bir diyet uygulamadığını belirtmiştir ( $p=0,938$ ).

12. Öğrencilerin %75,7'si herhangi bir kişisel diyet uygulamadığını beyan etmiştir.
13. Kişisel diyet uygulayanlar arasında en yaygın tercih edilen diyetler %22,4 ile ketojenik diyet ve %10,2 ile yarı vejetaryen beslenme olmuştur.
14. Bireylerin %77,8'i sigara içmediğini belirtmiştir (p=0,006). Alkol tüketim oranları ise %89,5'lik bir oranla düşük bulunmuştur (p<0,001).
15. Bireylerin %83,7'si düzenli egzersiz yapmadığını ifade etmiştir (p<0,001). Haftalık 150 dakikalık egzersiz yapma oranı toplamda %42,7 bulunmuştur.
16. Beslenme alışkanlıkları açısından bireylerin %65,7'si günlük iki öğün tükettiğini, %26,4'ü üç öğün tükettiğini beyan etmiştir (p=0,058).
17. Öğün atlama oranı %56,9 olarak bulunmuş ve atlama nedenleri arasında en yaygın neden %35,3 oran ile “şahsın alışkanlığının olmaması” olarak belirtilmiştir. (p=0,037)
18. Bireylerin %75,7'sinin besin takviyesi kullanmadığı bulunmuştur (p=0,318).
19. En sık kullanılan besin destekleri D vitamini (%27,6), demir (%25,0) ve B12 vitamini (%15,8) olmuştur.
20. Bireylerin %51,6'sı sürdürülebilir beslenme kavramını daha önceden duyduğu saptanmıştır. Sürdürülebilir beslenme kavramının lisans eğitimi (%59,5), sosyal medya (%19,8) aracılığıyla duyulduğu bulunmuştur.
21. Bireylerin %36,8'inin sürdürülebilir beslenme konusunda “pek bilgim yok” şeklinde ifade kullandığı tespit edilmiştir (p=0,101).
22. Cinsiyetlere göre sürdürülebilir beslenmeye yönelik davranış ölçeği puanları karşılaştırıldığında, erkeklerin toplam puanı 82,9±20,6, kadınların ise 95,6±18,6 olarak bulunmuştur (p<0,001). Tüm alt boyutları puanlarında kadınların puanlarının erkeklere göre istatistiksel olarak anlamlı şekilde yüksek olduğu belirlenmiştir (p<0,05).
23. Bölümler arasında yapılan karşılaştırmada, yalnızca “Mevsimsel ve yerel beslenme” alt boyut puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur (p<0,05).
24. Sürdürülebilir beslenmeye yönelik davranış ölçeğinin toplam puanı incelendiğinde de Beslenme ve Diyetetik bölümünün (96,5±17,3 puan) diğer bölümlere göre (Hemşirelik:92,2±21,9 puan; FTR 90,2±18,9 puan) daha yüksek olduğu saptanmıştır (p>0,05).

25. Besin satın alma davranışları ölçeği toplam puanı erkeklerde  $51,3 \pm 17,9$ , kadınlarda ise  $54,7 \pm 15,7$  olarak saptanmış olup, cinsiyetler arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $p > 0,05$ ).
26. Bölümler arasındaki değerlendirmede, "besin değeri" alt boyutunda anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir ( $p = 0,015$ ). Yapılan ikili karşılaştırmalar, bu farkın Beslenme ve Diyetetik bölümü ile Fizyoterapi ve Rehabilitasyon bölümü arasında ortaya çıktığını göstermiştir.
27. Besin satın alma ölçeği toplam puanı analizinde, Beslenme ve Diyetetik bölümü öğrencilerinin puanı ( $56,3 \pm 14,2$ ), Hemşirelik ( $53,1 \pm 18,3$ ) ve Fizyoterapi ve Rehabilitasyon ( $51,7 \pm 15,5$ ) bölümlerindeki öğrencilere kıyasla daha yüksek bulunmuştur. Ancak bu fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $p > 0,05$ ).
28. Beslenme ve Diyetetik bölümü öğrencilerinde, sürdürülebilir beslenmeye yönelik davranış ile besin satın alma davranışları toplam puanları arasında pozitif ve güçlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir ( $r = 0,623$ ,  $p < 0,001$ ).
29. "Mevsimsel ve Yerel Beslenme" davranışının besin satın alma puanı arasında yüksek bir ilişki bulunmuştur ( $r = 0,581$ ,  $p < 0,001$ ).
30. 'Gıda israfının azaltılması' davranışı besin satın alma arasında anlamlı ilişkiler gözlenmiştir.
31. Genel bireyler üzerinde yapılan analizlerde, sürdürülebilir beslenmeye yönelik davranışın besin satın alımı üzerine pozitif ve anlamlı ilişkiler gösterdiği belirlenmiştir ( $r = 0,715$ ,  $p < 0,001$ ).
32. "Gıda İsrafının Azaltılması" alt boyutu ile besin satın alma alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuş olup, en güçlü ilişki Hemşirelik bölümünde "Maliyet Tasarrufu" alt boyutu ile saptanmıştır ( $r = 0,677$ ,  $p < 0,001$ ).
33. Mevsimsel ve yerel beslenme davranışlarının, gıda güvenliğine yönelik tutumlarla güçlü bir ilişki içerisinde olduğu saptanmıştır ( $r = 0,522$ ,  $p < 0,001$ ).
34. Beslenme ve Diyetetik bölümüne ait toplam puanların, diğer bölümlere kıyasla daha yüksek bir korelasyon gösterdiği saptanmıştır.
35. Sürdürülebilir beslenme puan bilgisi ile besin satın alma arasında güçlü bir ilişki olduğu saptanmıştır.
36. Çalışmamızda, üniversite öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyleri ile besin satın alma davranışları arasında pozitif ve güçlü bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $r = 0,623$ ,  $p < 0,001$ ) (Tablo 4.12). Bu bulgu, H1 ve H2 hipotezinin doğruluğunu desteklemektedir.

37. Çalışmamızın H3 hipotezi doğrultusunda; Beslenme ve Diyetetik bölümü öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme bilgi düzeylerinin, Hemşirelik ve Fizyoterapi ve Rehabilitasyon bölümleri öğrencilerine göre daha yüksek olduğu ve farklı gruplar arasında anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu, H3 hipotezini desteklemektedir.

Bu araştırma, gelecekteki sağlık çalışanlarının sürdürülebilir beslenme konusundaki bilgi düzeylerinin artırılmasının sürdürülebilir besin satın alma davranışlarına ve toplumun bu alandaki farkındalığının yükseltilmesinin önünü açacağı öngörülmektedir.



## 6.2. Öneriler

Bu çalışmada, sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyi ile besin satın alma davranışı arasında pozitif bir ilişki tespit edilmiş, ayrıca besin tercihleri üzerinde sürdürülebilir beslenme bilgisi ve davranışlarının etkili olduğu belirlenmiştir. Günümüzde giderek daha fazla önem kazanan sürdürülebilir beslenme konusunda farkındalığın artırılması ve bu doğrultuda stratejik politikaların geliştirilmesi, mevcut ve gelecekteki nesillerin ihtiyaçlarının karşılanması açısından büyük bir öneme sahiptir.

Üniversite dönemi, pek çok yaşam tarzı alışkanlığının şekillendiği ve bu alışkanlıkların yetişkinlikte de devam ederek bireyin sağlığını etkileyebileceği kritik bir yaşam evresidir. Diyet alışkanlıklarını ve gıda tercihlerindeki değişiklikleri sağlamak kolay olmasa da, üniversite öğrencilerine bu alışkanlıkların önemini kavratmak ve ekolojik beslenme davranışlarının uzun dönemli faydalarını vurgulamak önemli bir eğitimsel yaklaşım olacaktır.

- ✓ Sürdürülebilir beslenme kapsamında, et tüketiminin sınırlandırılması önemli bir adım olmasına rağmen et tüketimi hem ulusal hem de küresel düzeyde hala yaygın bir alışkanlıktır. Bu nedenle; bitkisel kaynaklı beslenme düzenini arttıran, sera gazı emisyonlarını azaltan ve dengeli beslenmeyi destekleyen yeni yaklaşımlar geliştirilmelidir.
- ✓ Sürdürülebilir beslenme ile ilişkilendirilen bitkisel kaynaklı diyet modellerinin, hem ulusal hem de küresel düzeyde daha geniş bir şekilde benimsenmesi ve yaygınlaştırılması önerilmektedir.
- ✓ Geleceğin sağlık çalışanlarının sürdürülebilir beslenme konusundaki bilgi ve uygulama düzeylerinin artırılması için sağlık bilimleri fakültesi bölümü ders müfredatına sürdürülebilir beslenme konusunun eklenmesi önerilmektedir.
- ✓ Beslenme uzmanları, tüketicilere sürdürülebilir beslenme konusunda rehberlik edebilecek en uygun adaylardır ve bu doğrultuda diyetisyenler tarafından eğitim programları planlanmalıdır.
- ✓ Öğrencilerde sürdürülebilir beslenme bilincini artırmak için üniversite müfredatlarına sürdürülebilirlik ile ilgili konular eklenmeli ve bu alanda çeşitli eğitimler düzenlenmelidir.

- ✓ Çevreyi ve insan sağlığını korumak amacıyla sürdürülebilir beslenme ve uygulamaları konusunda, kamuoyunun farkındalığını artırmak; tüketicilerin bu sürece aktif katılımını teşvik etmede kritik bir öneme sahip olabilir.
- ✓ Sürdürülebilir beslenme alanında, halk sağlığı beslenmesi ve ekoloji uzmanları arasında iş birliğine dayalı bir yaklaşım benimsenmeli ve bu iş birliği, sürdürülebilirlik konusunda pratik rehberlik sağlamalıdır.
- ✓ Özellikle et tüketimi yerine; meyve, sebze ve baklagiller gibi gıdaların tercih edilmesi, işlenmemiş ve minimum katkı maddesi içeren ürünlerin seçilmesi, paketlenmemiş yiyeceklerin tercih edilmesi ve haftalık yemek planlamasına göre gıda alışverişinin doğru şekilde yapılması önerilmektedir.
- ✓ Sürdürülebilirlik açısından gıda seçimlerinin önemi konusunda farkındalık yaratmak amacıyla rehberler ve projeler düzenlenmesi önerilmektedir.
- ✓ Türkiye'de sürdürülebilir beslenmeye yönelik beslenme rehberlerinin geliştirilmesi gerekmektedir.
- ✓ Gıda sürdürülebilirliği konusundaki bilgi düzeyini arttırmak ve üniversite öğrencilerinde gıda seçiminde sürdürülebilirlik boyutunun önemini artırmak amacıyla ek çabalar gerekmektedir.
- ✓ Tüketicilerin sürdürülebilirlik konusundaki bilinç ve bilgi seviyelerini yükseltmek için sosyal medya platformları aracılığıyla bilgilendirme yapılması önemli görülmektedir.
- ✓ Bireylerin besin satın alma davranışlarında çevresel duyarlılığı artırmaya yönelik yaklaşımlar oluşturulmalıdır.
- ✓ Gelecekteki sağlık profesyonellerinin, sağlığın korunması ve geliştirilmesine yönelik beslenme önerilerini sürdürülebilirlik perspektifiyle birleştirmeleri önem arz etmektedir.

✓ Genç tüketiciler arasında sürdürülebilir gıda ürünlerine yönelik talep ve farkındalığın artması, doğal kaynakların sürdürülebilirliğini destekleyerek tüm insanlık için yaşam kalitesinin iyileştirilmesine katkıda bulunacağından gençlere yönelik plan ve programların düzenlenmesi önerilmektedir.

✓ Gıda sistemlerinin sürdürülebilirliğini sağlamak için tüm işbirlikçilerin, bireysel ve toplumsal düzeyde; toplumda sürdürülebilir beslenme alışkanlıklarını yaymak amacıyla ortak bir çaba içinde olmaları önerilmektedir.

✓ Gıdaların çevresel etkilerini ve besin değerini ölçmeye yönelik araçlar ve yöntemlerin geliştirilmesi, gelecekteki gıda tedarik zincirlerini sürdürülebilir bir şekilde yönlendirmek açısından büyük bir öneme sahip olabilir.

### **6.3. Çalışmanın Sınırlılıkları**

- Araştırmanın kapsamı, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören lisans öğrencileri ile sınırlıdır.

- Araştırmanın veri toplama aracı, anket yöntemidir. Anket yöntemi, gerçek davranışları tam olarak yansıtmayabilir.

- Bu sınırlamalar, araştırmanın amacı ve kapsamı göz önünde bulundurularak belirlenmiştir.

## KAYNAKÇA

1. Arslan, N. , Alataş, H.(2023) The relationship between sustainable nutrition and healthy food choice: a cross-sectional study. *Eur Res J*;9(2):192-199. <https://doi.org/10.18621/eurj.1226567>
2. Ersoy, N.(2023). A cross-section from the consumer perspective on sustainable nutrition: consumer awareness and motivation status. *Environmental Science and Pollution Research* 30:76712–76717. <https://doi.org/10.1007/s11356-023-27854-w>
3. World Health Organization.(2019). Food and Agriculture Organization of the united Nations. Sustainable Healthy Diets-Guiding principles. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241516648>
4. Özüpek, G., Arslan, M. (2021). Examination Of The Relationship Between Sustainable Nutritional Behaviors With Nutritional Knowledge Level And Body Mass Index. *GEVHER NESİBE JOURNAL OF MEDICAL & HEALTH SCIENCE* ISSN 2717-7394. <http://dx.doi.org/10.46648/gnj.266>
5. Engin, Ş., Sevim, Y. (2022). Lisans Öğrencilerinin Sürdürülebilir Beslenme Hakkındaki Davranışları ve Bilgi Düzeyleri ile Besin Tercihleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Tek Merkezli Çalışma. *European Journal of Science and Technology*, (38), 259-269. (DOI: 10.31590/ejosat.1109521)
6. Şahin Bayram, S., Kızıltan, G.(2024). Sürdürülebilir Beslenme Bilgi ve Tutum Anketi'nin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türkiye Klinikleri J Health Sci.* ;9(3):427-35. DOI: 10.5336/healthsci.2024-102620
7. Hartmann, C., Lazzarini, G., Funk, A., & Siegrist, M. (2021). Measuring consumers' knowledge of the environmental impact of foods. *Appetite*, 167, 105622. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105622>
8. Çakmakçı, S., Polatoğlu, B & Çakmakçı, R.(2024). Foods of the Future: Challenges, Opportunities, Trends, and Expectations. *Foods* ,13, 2663. <https://doi.org/10.3390/foods13172663>
9. Rodríguez-Mañas, L., Murray, R., Glencorse, C., & Sulo, S. (2023). Good nutrition across the lifespan is foundational for healthy aging and sustainable development. *Frontiers in nutrition*,9, 1113060. <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.1113060>
10. Bastian, G. E., Buro, D., & Palmer-Keenan, D. M. (2021). Recommendations for Integrating Evidence-Based, Sustainable Diet Information into Nutrition Education. *Nutrients*, 13(11), 4170. <https://doi.org/10.3390/nu13114170>
11. Cook, B., Costa Leite, J., Rayner, M., Stoffel, S., van Rijn, E., & Wollgast, J. (2023). Consumer Interaction with Sustainability Labelling on Food Products: A Narrative Literature Review. *Nutrients*, 15(17), 3837. <https://doi.org/10.3390/nu15173837>
12. Jackson, P., Holm, L. (2024). Social and economic dimensions of food sustainability - a background paper for the Nordic Nutrition Recommendations. *Food & nutrition research*, 68, 10.29219/fnr.v68.10450. <https://doi.org/10.29219/fnr.v68.10450>
13. Msengi, I., Doe, R., Wilson, T., Fowler, D., Wigginton, C., Olorunyomi, S., Banks, I. & Morel, R.(2019). Assessment of knowledge and awareness of “sustainability” initiatives among college students. *Energy Environ. Sustain.* 4, 6. <https://doi.org/10.1051/rees/2019003>
14. Winkelmaier, A., Jansen, P.(2024). Can mindfulness-based training impact explicit and implicit attitudes and sustainable nutrition behavior? A focus on vegetarianism. *Appetite* 200 ,107554. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2024.107554>

15. Mannucci, P. M., Jolliet, O., Meijaard, E., Slavin, J., Rasetti, M., Aleta, A., Moreno, Y., & Agostoni, C. (2023). Sustainable nutrition and the case of vegetable oils to match present and future dietary needs. *Frontiers in public health*, 11, 1106083. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1106083>
16. Dornhoff, M., Hörnschemeyer, A & Fiebelkorn, F.(2020). Students' Conceptions of Sustainable Nutrition. *Sustainability*, 12, 5242. <https://doi.org/10.3390/su12135242>
17. Davies, K.P., Gibney E.R., Leonard, U.M, Lindberg, L., Woodside, J.V, Kiely, M.E., Nugent, A.P., Arranz, E., Conway, M.C., McCarthy, S.N., & O'Sullivan, A.M.(2024). Developing and testing personalised nutrition feedback for more sustainable healthy diets: the MyPlanetDiet randomised controlled trial protocol. *European Journal of Nutrition*63:2681–2696.<https://doi.org/10.1007/s00394-024-03457-0>
18. O'Hehir, T., Keaver, L.(2024). Sustainability: Irish Dietitians Perceptions and Experiences. *Dietetics*,3,357-370. <https://doi.org/10.3390/dietetics3030027>
19. Marak, N., Parashar, A.(2024). Feeding Tomorrow: A Journey into Sustainable Nutrition for Personal and Planetary Health. *Eur. J. Nutr. Food. Saf.*, vol. 16, no. 4, pp. 1-14, 2024; Article no.EJNFS.114027. DOI: 10.9734/EJNFS/2024/v16i41403
20. Yassıbaş, E., Bölükbaşı, H.(2023).Evaluation of adherence to the Mediterranean diet with sustainable nutrition knowledge and environmentally responsible food choices. *Front. Nutr.* 10:1158155. doi: 10.3389/fnut.2023.1158155
21. Johnston, J. L., Fanzo, J. C., & Cogill, B. (2014). Understanding sustainable diets: a descriptive analysis of the determinants and processes that influence diets and their impact on health, food security, and environmental sustainability. *Advances in nutrition (Bethesda, Md.)*, 5(4), 418–429. <https://doi.org/10.3945/an.113.005553>
22. Çelebi Sözüner, Z., Treffeisen, E. R., Özdel Öztürk, B., & Schneider, L. C. (2023). Global warming and implications for epithelial barrier disruption and respiratory and dermatologic allergic diseases. *The Journal of allergy and clinical immunology*, 152(5), 1033–1046. <https://doi.org/10.1016/j.jaci.2023.09.001>
23. Khezzani, B., Baymakova, M., Khechekhouche, E. A., & Tsachev, I. (2023). Global warming and mosquito-borne diseases in Africa: a narrative review. *The Pan African medical journal*, 44, 70. <https://doi.org/10.11604/pamj.2023.44.70.37318>
24. Gołasa, P., Wysokiński, M., Bienkowska-Gołasa, W., Gradziuk, P., Golonko, M., Gradziuk, B., Siedlecka, A & Gromada, A.(2021). Sources of Greenhouse Gas Emissions in Agriculture, with Particular Emphasis on Emissions from Energy Used. *Energies* 14, 3784. <https://doi.org/10.3390/en14133784>
25. Nordstrom, J., Denver, S.(2024). The impact of voluntary sustainability adjustments on greenhouse gas emissions from food consumption – The case of Denmark. *Cleaner and Responsible Consumption* 12, 100164. <https://doi.org/10.1016/j.clrc.2023.100164>
26. Reguant-Closa, A., Roesch, A., Lansche, J., Nemecek, T., Lohman, T. G., & Meyer, N. L. (2020). The Environmental Impact of the Athlete's Plate Nutrition Education Tool. *Nutrients*, 12(8), 2484. <https://doi.org/10.3390/nu12082484>
27. Atkinson, N., Ferguson, M., Russell, C., & Cullerton, K. (2023). Are the impacts of food systems on climate change being reported by the media? An Australian media analysis. *Public health nutrition*, 26(8), 1706–1714. <https://doi.org/10.1017/S1368980023000800>

28. Aidoo, R., Abe-Inge, V., Kwofie, E. M., Baum, J. I., & Kubow, S. (2023). Sustainable healthy diet modeling for a plant-based dietary transitioning in the United States. *NPJ science of food*, 7(1), 61. <https://doi.org/10.1038/s41538-023-00239-6>
29. Kesse-Guyot, E., Berthy, F., Berlivet, J., Perraud, E., Touvier, M., Hercberg, S., Allès, B., Lairon, D., Mariotti, F., Couturier, C., Fouillet, H., Pointereau, P., & Baudry, J. (2024). Alignment between greenhouse gas emissions reduction and adherence the EAT-Lancet diet: A modeling study based on the NutriNet-Santé cohort. *The Science of the total environment*, 951, 175470. <https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2024.175470>
30. Maritano, S., Moirano, G., Isaevska, E., Pizzi, C., Ponzo, V., Moccia, C., Maule, M., Lastrucci, V., Alderotti, G., Ronfani, L., Brumatti, L. V., Rusconi, F., Gagliardi, L., Brescianini, S., Nisticò, L., De Sario, M., Culasso, M., & Richiardi, L. (2024). Examining the relationship between the environmental impact of diet and child growth from a co-benefit perspective. *Environmental research*, 250, 118496. <https://doi.org/10.1016/j.envres.2024.118496>
31. Dave, L. A., Hodgkinson, S. M., Roy, N. C., Smith, N. W., & McNabb, W. C. (2021). The role of holistic nutritional properties of diets in the assessment of food system and dietary sustainability. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, 63(21), 5117–5137. <https://doi.org/10.1080/10408398.2021.2012753>
32. Álvarez-Álvarez, L., Vitelli-Storelli, F., Rubín-García, M., García, S., Bouzas, C., Ruiz-Canela, M., Corella, D., Salas-Salvadó, J., Fitó, M., Martínez, J. A., Tojal-Sierra, L., Wärnberg, J., Vioque, J., Romaguera, D., López-Miranda, J., Estruch, R., Tinahones, F. J., Santos-Lozano, J. M., Serra-Majem, L., Bueno-Cavanillas, A., Martín-Sánchez, V. (2024). Impact of mediterranean diet promotion on environmental sustainability: a longitudinal analysis. *Public health*, 230, 12–20. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2024.02.010>
33. Tokay, A., Yılmaz, C., Bülbül, N., Boyraz, Ö., & Bölük, S. (2022). Sürdürülebilir Beslenme Modellerinden Akdeniz Diyetinin Sürdürülebilirlikteki Yeri. *TOGÜ Sağlık Bilimleri Dergisi*, vol.2, no.2, 187-201.
34. Guðmannsdóttir, R., Gunnarsdóttir, I., Geirsdóttir, Ó. G., Guðjónsdóttir, M., Birgisdóttir, B. E., Ögmundarson, Ó., & Halldórsson, Þ. I. (2024). Greenhouse gas emissions of environmentally sustainable diets: Insights from the Icelandic National Dietary Survey 2019–2021. *Journal of Cleaner Production* 467, 142906. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2024.142906>
35. Neta, R. S. O., Lima, S. C. V. C., Nascimento, L. L. D., Souza, C. V. S., Lyra, C. O., Marchioni, D. M. L., & Oliveira, A. G. R. D. C. (2023). Indices for measurement of sustainable diets: A scoping review. *PloS one*, 18(12), e0296026. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0296026>
36. Gormaz, T., Cortés, S., Tiboni-Oschilewski, O., & Weisstaub, G. (2022). The Chilean Diet: Is It Sustainable?. *Nutrients* 14, 3103. <https://doi.org/10.3390/nu14153103>
37. Font-i-Furnols, M. (2023). Meat Consumption, Sustainability and Alternatives: An Overview of Motives and Barriers. *Foods* 12, 2144. <https://doi.org/10.3390/foods12112144>
38. Drewnowski, A. (2024). Perspective: The Place of Pork Meat in Sustainable Healthy Diets. *Advances in nutrition*, 15(5), 100213. <https://doi.org/10.1016/j.advnut.2024.100213>
39. Carlsson, F., Kataria, M., & Lampi, E. (2022). Sustainable food: Can information from food labels make consumers switch to meat substitutes? *Ecological Economics* 201, 107567. <https://doi.org/10.1016/j.ecolecon.2022.107567>

40. Parlasca, M., Qaim, M.(2022). Meat Consumption and Sustainability. *Annual Review of Resource Economics* 14:17–41. <https://doi.org/10.1146/annurev-resource-111820-032340>
41. Kim, Y., Zailani, S.(2024). Pull and push factors of Koreans' sustainable consumption behaviours from plant-based meat products. *Environmental Challenges* 15, 100886. <https://doi.org/10.1016/j.envc.2024.100886>
42. Frank, S. M., Jaacks, L. M., Meyer, K., Rose, D., Adair, L. S., Avery, C. L., & Taillie, L. S. (2024). Dietary quality and dietary greenhouse gas emissions in the USA: a comparison of the planetary health diet index, healthy eating index-2015, and dietary approaches to stop hypertension. *The international journal of behavioral nutrition and physical activity*, 21(1), 36. <https://doi.org/10.1186/s12966-024-01581-y>
43. Di Gennaro, G., Licata, F., Pujia, A., Montalcini, T., & Bianco, A. (2024). How may we effectively motivate people to reduce the consumption of meat? Results of a meta-analysis of randomized clinical trials. *Preventive medicine*, 184, 108007. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2024.108007>
44. Gibbs, J., Cappuccio, F. P. (2022). Plant-Based Dietary Patterns for Human and Planetary Health. *Nutrients*, 14(8), 1614. <https://doi.org/10.3390/nu14081614>
45. Loiselle, A., Pitre, K., Desroches, S., Guillaumie, L., & Bélanger-Gravel, A. (2024). Adults' beliefs related to reducing red meat consumption: An exploratory study in the province of Quebec, Canada. *Appetite*, 203, 107679. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2024.107679>
46. Downs, S. M., Merchant, E. V., Sackey, J., Fox, E. L., Davis, C., & Fanzo, J. (2024). Sustainability considerations are not influencing meat consumption in the US. *Appetite*, 203, 107667. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2024.107667>
47. Lindberg, L., McCann, R.R., Smyth, B., Woodside, J.V., & Nugent, A.P.(2024). The environmental impact, ingredient composition, nutritional and health impact of meat alternatives: A systematic review. *Trends in Food Science & Technology*, 149, 104483. <https://doi.org/10.1016/j.tifs.2024.104483>
48. Ogiemwonyi, O., Alam, M.N., Alshareef, R., Alsolamy, M., Azizan, N.A., & Matf, N.(2023). Environmental factors affecting green purchase behaviors of the consumers: Mediating role of environmental attitude. *Cleaner Environmental Systems*, 10, 100130. <https://doi.org/10.1016/j.cesys.2023.100130>
49. Bhutto, M. Y., Khan, M. A., Sun, C., Hashim, S., & Khan, H. T. (2023). Factors affecting repurchase intention of organic food among generation Z (Evidence from developing economy). *PloS one*, 18(3), e0281527. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0281527>
50. Wang, J., Xu, S., Zhang, S., Sun, C., & Wu, L. (2023). Research on the Impact of Consumer Experience Satisfaction on Green Food Repurchase Intention. *Foods (Basel, Switzerland)*, 12(24), 4510. <https://doi.org/10.3390/foods12244510>
51. Barrera-Verdugo, G., Duran-Sandoval, D.(2024). Influence of moral reasoning and environmental concern on sustainable food consumption behaviors: A gender comparison among university students. *Cleaner Waste Systems* 9, 100164. <https://doi.org/10.1016/j.clwas.2024.100164>
52. Pšurný, M., Baláková, I., Stávková, J., & Langr, A. (2024) Perceived determinants of food purchasing behavior applicable for behavioral change toward sustainable consumption. *Front. Sustain. Food Syst.* 7:1258085. doi: 10.3389/fsufs.2023.1258085
53. Nguyen, H.V., Nguyen, N., Nguyen, B.K., Lobo, A., & Vu, P.A.(2019). Organic Food Purchases in an Emerging Market: The Influence of Consumers' Personal

Factors and Green Marketing Practices of Food Stores. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 16, 1037. <https://doi.org/10.3390/ijerph16061037>

54. Su, C.-H., Tsai, C.-H., Chen, M.-H., & Lv, W.Q.(2019). U.S. Sustainable Food Market Generation Z Consumer Segments. *Sustainability*, 11, 3607. <https://doi.org/10.3390/su11133607>

55. Varzakas, T., Smaoui, S.(2024). Global Food Security and Sustainability Issues: The Road to 2030 from Nutrition and Sustainable Healthy Diets to Food Systems Change. *Foods*,13,306.<https://doi.org/10.3390/foods13020306>

56. Vermeir, I., Weijters, B., De Houwer, J., Geuens, M., Slabbinck, H., Spruyt, A., Van Kerckhove, A., Van Lippevelde, W., De Steur, H., & Verbeke, W. (2020). Environmentally Sustainable Food Consumption: A Review and Research Agenda From a Goal-Directed Perspective. *Frontiers in psychology*, 11, 1603. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01603>

57. Rantala, E., Balatsas-Lekkas, A., Sozer, N., & Pennanen, K.(2022). Overview of objective measurement technologies for nutrition research, food-related consumer and marketing research. *Trends in Food Science & Technology* 125,100–113. <https://doi.org/10.1016/j.tifs.2022.05.006>

58. Ogundijo, D. A., Tas, A. A., & Onarinde, B. A. (2022). Age, an Important Sociodemographic Determinant of Factors Influencing Consumers' Food Choices and Purchasing Habits: An English University Setting. *Frontiers in nutrition*, 9, 858593. <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.858593>

59. Kaya, I.H. (2016). Motivation Factors of Consumers' Food Choice. *Food and Nutrition Sciences*, 7, 149-154. <http://dx.doi.org/10.4236/fns.2016.73016>

60. Bolha, A., Blaznik, U., & Korošec, M. (2020). Influence of Intrinsic and Extrinsic Food Attributes on Consumers' Acceptance of Reformulated Food Products: a Systematic Review. *Zdravstveno varstvo*, 60(1), 72–78. <https://doi.org/10.2478/sjph-2021-0011>

61. Schnack, A., Bartsch, F., Osburg V.S., & Errmann, A.(2024). Sustainable agricultural technologies of the future: Determination of adoption readiness for different consumer groups. *Technological Forecasting & Social Change* 208,123697. <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2024.123697>

62. Wang, J., Shen, M., & Gao, Z. (2018). Research on the Irrational Behavior of Consumers' Safe Consumption and Its Influencing Factors. *International journal of environmental research and public health*, 15(12), 2764. <https://doi.org/10.3390/ijerph15122764>

63. Penzavecchia, C., Todisco, P., Muzzioli, L., Poli, A., Marangoni, F., Poggiogalle, E., Giusti, A. M., Lenzi, A., Pinto, A., & Donini, L. M. (2022). The influence of front-of-pack nutritional labels on eating and purchasing behaviors: a narrative review of the literature. *Eating and weight disorders : EWD*, 27(8), 3037–3051. <https://doi.org/10.1007/s40519-022-01507-2>

64. Shen, X., Xu, Q., & Liu, Q. (2022). Predicting sustainable food consumption across borders based on the theory of planned behavior: A meta-analytic structural equation model. *PloS one*, 17(11), e0275312. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0275312>

65. Dudziak, A., Stoma, M., & Osmólska, E. (2023). Analysis of Consumer Behaviour in the Context of the Place of Purchasing Food Products with Particular Emphasis on Local Products. *International journal of environmental research and public health*, 20(3), 2413. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032413>

66. Akdoğan, L.(2023). Sustainable Consumption: A Conceptual Study. *Oguzhan Journal of Social Sciences* Cilt/Volume: 5 Sayı/Issue: 1 Haziran 2023 June (s./p.: 43-53). DOI: <https://doi.org/10.55580/oguzhan.1291379>
67. Baur, I., Stylianou, K.S., Ernstoff, A., Hansmann, R., Jolliet, O., & Binder, C.R.(2022). Drivers and Barriers Toward Healthy and Environmentally Sustainable Eating in Switzerland: Linking Impacts to Intentions and Practices. *Front. Sustain. Food Syst.* 6:808521. doi: 10.3389/fsufs.2022.808521
68. Ammann, J., et al.(2024). Consumers across five European countries prioritise animal welfare above environmental sustainability when buying meat and dairy products. *Food Quality and Preference* 117,105179. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2024.105179>
69. Mulrooney, S. L., Lyng, J. G., O'Hara, C., O'Sullivan, A., O'Riordan, E. D., & Gibney, E. R. (2023). Examination of the interrelationships between nutrition, environmental sustainability and food-processing: A concept study using model diets. *Current research in food science*, 7, 100627. <https://doi.org/10.1016/j.crfs.2023.100627>
70. Saxe, H., Loftager Okkels, S., & Jensen, J. D. (2017). How to Obtain Forty Percent Less Environmental Impact by Healthy, Protein-Optimized Snacks for Older Adults. *International journal of environmental research and public health*, 14(12), 1514. <https://doi.org/10.3390/ijerph14121514>
71. Temme, E. H., Toxopeus, I. B., Kramer, G. F., Brosens, M. C., Drijvers, J. M., Tyszler, M., & Ocké, M. C. (2015). Greenhouse gas emission of diets in the Netherlands and associations with food, energy and macronutrient intakes. *Public health nutrition*, 18(13), 2433–2445. <https://doi.org/10.1017/S1368980014002821>
72. Benthem de Grave, R., Bull, C. N., Monjardino de Souza Monteiro, D., Margariti, E., McMurchy, G., Hutchinson, J. W., & Smeddinck, J. D. (2024). Smartphone Apps for Food Purchase Choices: Scoping Review of Designs, Opportunities, and Challenges. *Journal of medical Internet research*, 26, e45904. <https://doi.org/10.2196/45904>
73. Culliford, A., Bradbury, J. (2020). A cross-sectional survey of the readiness of consumers to adopt an environmentally sustainable diet. *Nutrition journal*, 19(1), 138. <https://doi.org/10.1186/s12937-020-00644-7>
74. Siddiqui, S. A., Zannou, O., Bahmid, N. A., Fidan, H., Alamoug, A., Nagdalianh, A. A., Fernonda, I., Ibrahim, S.A., Hassounj, A., & Arsyad, M.(2022). Consumer behavior towards nanopackaging - A new trend in the food industry. *Future Foods*, 6,100191. <https://doi.org/10.1016/j.fufo.2022.100191>
75. Li, S., Kallas, Z., & Rahmani, D. (2022). Did the COVID-19 lockdown affect consumers' sustainable behaviour in food purchasing and consumption in China?. *Food control*, 132, 108352. <https://doi.org/10.1016/j.foodcont.2021.108352>
76. Phan, T.X.D.(2024). Understanding the acquisition, usage, and disposal behaviours in sustainable food consumption: A framework for future studies. *Cleaner and Responsible Consumption*, 12, 10016. <https://doi.org/10.1016/j.clrc.2023.100162>
77. Zurita-Ortega, F., San Román-Mata, S., Chacón-Cuberos, R., Castro-Sánchez, M., & Muros, J. J. (2018). Adherence to the Mediterranean Diet Is Associated with Physical Activity, Self-Concept and Sociodemographic Factors in University Student. *Nutrients*, 10(8), 966. <https://doi.org/10.3390/nu10080966>
78. Franchini, C., Biasini, B., Sogari, G., Wongprawmas, R., Andreani, G., Dolgoplova, I., Gómez, M. I., Roosen, J., Menozzi, D., Mora, C., Scazzina, F., & Rosi, A. (2024). Adherence to the Mediterranean Diet and its association with sustainable

dietary behaviors, sociodemographic factors, and lifestyle: a cross-sectional study in US University students. *Nutrition journal*, 23(1), 56. <https://doi.org/10.1186/s12937-024-00962-0>

79. Engin, Ş.(2022). *Bahçeşehir Üniversitesi Lisans Öğrencilerinin Sürdürülebilir Beslenme Hakkındaki Davranışları ve Bilgi Düzeyleri ile Besin Tercihleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi / Bahçeşehir Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez merkezi. (Tez no:726372)

80. Rossi, L., Ferrari, M., & Ghiselli, A.(2023). The Alignment of Recommendations of Dietary Guidelines with Sustainability Aspects: Lessons Learned from Italy's Example and Proposals for Future Development. *Nutrients*, 15, 542. <https://doi.org/10.3390/nu15030542>

81. Garipoglu, G., Meral Koc, B., & Ozlu, T. (2023). Behaviors scale towards sustainable nutrition: development and validity-reliability analysis. *Nutrition & Food Science*. doi: 10.1108/NFS-09-2022-0335. <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/NFS-09-2022-0335/full/html>

82. Agyemang, P., Kwofie, E.M., Baum, J.I., Wang, D.(2024).Insights from consumers' exposure to environmental nutrition information on a dashboard for improving sustainable healthy food choices. *Cleaner and Responsible Consumption*, <https://doi.org/10.1016/j.clrc.2024.100241>.

83. McDermott, J., & Wyatt, A.J. (2017). The role of pulses in sustainable and healthy food systems. *Annals of the New York Academy of Sciences*.1392: 30-42. <https://doi.org/10.1111/nyas.13319>

84. Kara, B.(2019). *Üniversite Öğrencilerinin Besin Desteği Kullanma Durumlarının Belirlenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi/ Hasan Kalyoncu Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez merkezi. (Tez no:539099)

85. Kara, H.Z., Aykul, M., & Pulat, A.B.(2019). Neden ve Sonuçları İtibariyle Üniversite Öğrencilerinin Barınma Sorunu. *Pesa International Journal of Social Studies*, July,2019, Vol: 5, Issue:2. <https://doi.org/10.25272/j.2149-8385.2019.5.2.04>

86. Beyaz Coşkun, A.(2017). *Üniversite Öğrencilerinde Beslenme Bilgi Düzeylerinin Beslenme Durumu İle Yeme Tutum ve Davranışlarına Etkisinin Değerlendirilmesi*. [Yüksek Lisans Tezi/ Gazi Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez merkezi. (Tez no: 496854)

87. Karadeniz, K.(2023).*İnönü Üniversitesi Öğrencilerinin Beslenme Bilgi Düzeyi ve Akdeniz Diyetine Uyum Durumlarının Belirlenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi/ Hasan Kalyoncu Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez merkezi. (Tez no: 849922)

88. Nyanhoka, M. A., van Stuijvenberg, M. E., Tambe, A. B., Zuma, M. K., & Mbhenyane, X. G. (2022). Fruit and Vegetable Consumption Patterns and Risk of Chronic Diseases of Lifestyle among University Students in Kenya. *International journal of environmental research and public health*, 19(12), 6965. <https://doi.org/10.3390/ijerph19126965>

89. Konaklı, B. (2021). *Üniversite Öğrencilerinde Fonksiyonel Konstipasyon Durumunun Araştırılması ve Yaşam Kalitesine Etkisi*. [Yüksek Lisans Tezi/ Bahçeşehir Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez merkezi. (Tez no: 697143)

90. Fadiloğlu, A.(2021). *Spor Bilimleri Fakültesi 1. ve 4. Sınıf Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları, Sporcu Beslenme Bilgi Düzeyi ve Antropometrik Ölçümlerinin Değerlendirilmesi*. [Yüksek Lisans Tezi/ Hasan Kalyoncu Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez merkezi. (Tez no: 688081)

91. Kahraman, M. (2023). *Üniversitenin sağlık bilimleri fakültesi ve diğer fakülte öğrencilerinin beslenme bilgilerinin ve alışkanlıklarının, fiziksel aktivitelerinin, uyku*

*kalitelerinin antropometrik ölçümleri üzerine etkilerinin karşılaştırılması* .[Yüksek Lisans Tezi/ İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez merkezi. (Tez no: 799601)

92. Siddiqui, M. H., Beg, A., Dixit, R., Verma, S., Gunjan, G., & Agrawal, S. K. (2024). Role of vitamin D and leptin levels in PCOS in young women: A family medicine perspective. *Journal of family medicine and primary care*, 13(7), 2612–2615. [https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe.1687\\_23](https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe.1687_23)

93. Suliga, E., Cieřla, E., Michel, S., Kaducakova, H., Martin, T., Śliwiński, G., Braun, A., Izova, M., Lehotska, M., Kozieł, D., & Głuszek, S. (2020). Diet Quality Compared to the Nutritional Knowledge of Polish, German, and Slovakian University Students-Preliminary Research. *International journal of environmental research and public health*, 17(23), 9062. <https://doi.org/10.3390/ijerph17239062>

94. Dayı, T., Özgören, M., & Öñiz, A.(2023). Geleceğın Sağlık Profesyonellerinin Sürdürülebilir Yaşam Bilgi ve Uygulama Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi: Bir Üniversite Örneği. *IGUSABDER*, 20: 479-492. DOI: <https://doi.org/10.38079/igusabder.1202873>

95. Atar, A.(2021).*Kurumsal şirket Çalışanlarının Sürdürülebilir Beslenme Hakkındaki Bilgi, Tutum ve Davranışlarının Değerlendirilmesi*. [Yüksek Lisans Tezi/ İstanbul Medipol Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez merkezi. (Tez no:688743)

96. Viñuela, A., Criado-Álvarez, J. J., Aceituno-Gómez, J., Durantez-Fernández, C., Martín-Conty, J. L., Martín-Rodríguez, F., Cano Martín, L. M., Maestre Miquel, C., Polonio-López, B., & Mohedano-Moriano, A. (2021). How Relevant Is the Place Where First-Year College Students Live in Relation to the Increase in Body Mass Index? *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 9(12), 1638. <https://doi.org/10.3390/healthcare9121638>

97. Cincione, R. I., Losavio, F., Ciolli, F., Valenzano, A., Cibelli, G., Messina, G., & Polito, R. (2021). Effects of Mixed of a Ketogenic Diet in Overweight and Obese Women with Polycystic Ovary Syndrome. *International journal of environmental research and public health*, 18(23), 12490. <https://doi.org/10.3390/ijerph182312490>

98. Akbay Delikanlı, G.(2021). PKOS 'ta Ketojenik Beslenmenin Etkileri. *CUSBED* (6)2 136-144. doi.org/10.51754/cusbed.841267

99. Yuan, S., Chen, J., Ruan, X., Sun, Y., Zhang, K., Wang, X., Li, X., Gill, D., Burgess, S., Giovannucci, E., & Larsson, S. C. (2023). Smoking, alcohol consumption, and 24 gastrointestinal diseases: Mendelian randomization analysis. *eLife*, 12, e84051. <https://doi.org/10.7554/eLife.84051>

100. GBD 2021 Tobacco Forecasting Collaborators (2024). Forecasting the effects of smoking prevalence scenarios on years of life lost and life expectancy from 2022 to 2050: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021. *The Lancet. Public health*, 9(10), e729–e744. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(24\)00166-X](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(24)00166-X)

101. Kirişçi, M.(2024). *Üniversite Öğrencilerinin Beslenme Durumunun, Akdeniz Diyet Kalite İndeksinin ve Gıda Beslenme Okuryazarlığının Araştırılması*. [Yüksek Lisans Tezi/ Hasan Kalyoncu Üniversitesi].Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez merkezi. (Tez no: 849016)

102. Güngör, A.E., Atasoy,S.(2022). Evaluation of Nutritional Knowledge Level and Obesity Status of University Students. *Turkish Journal of Family Medicine & Primary Care* 16(2):340-349.DOI:[10.21763/tjfmpe.1020845](https://doi.org/10.21763/tjfmpe.1020845)

103. Al Ali, N.M., Khazaaleh, F.K.(2023). Assessment of food consumption, smoking, alcohol use, and physical activity by sex and major of study among a sample

of college students in Jordan. *Heliyon* 9, e16405. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e16405>

104. Tuncer, R., Alican, E. N., Beyhan, A., Kolaç, N. (2022). Sigara İçen ve İçmeyen Erişkinlerde Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Karşılaştırılması. *Halk Sağlığı Hemşireliği Dergisi*, 4(2), 102-114. <https://doi.org/10.54061/jphn.1057552>

105. Duran, S., Gözetin A.(2017). Üniversite Öğrencilerinde Sigara İçme Davranışı, Yalnızlık ve Stresle Baş Etme Biçimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Bozok Tıp Dergisi*;7(1):1-7

106. Herbert, C. (2022). Enhancing Mental Health, Well-Being and Active Lifestyles of University Students by Means of Physical Activity and Exercise Research Programs. *Frontiers in public health*, 10, 849093. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.849093>

107. Zileli, R., Cumhuri, Ö., Özkamçı, H., & Diker, G.(2016). Üniversite öğrencilerinde beslenme alışkanlıkları ile obezite görülme sıklığı. *Bilinçli Sağlık Yaşam Dergisi*; 1(12):549 562.

108. Çöl, B.G., Elkin ,N., Yalçın,S., Nizamlıoğlu, M., Barut, A.Y., Onur Öztürk H.N., & Kurtuluş, E.M.(2023). Sağlık Bilimleri Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları ve Obezite Durumu. *IGUSABDER*, 19: 194-207. DOI: <https://doi.org/10.38079/igusabder.1146467>

109. Qin, G.Y., Han, S.S., Zhang, Y.S., Ye, Y.P., & Xu, C.Y.(2024). Effect of physical exercise on negative emotions in Chinese university students: The mediating effect of self-efficacy. *Heliyon* 10, e37194. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e37194>

110. Aras, H. K., & Delen, İ. (2023). Üniversite Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları ve Yeme Farkındalığı Durumlarının Değerlendirilmesi. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 10(3), 265-274. <https://doi.org/10.34087/cbusbed.1213611>

111. Pendergast, F. J., Livingstone, K. M., Worsley, A., & McNaughton, S. A. (2016). Correlates of meal skipping in young adults: a systematic review. *The international journal of behavioral nutrition and physical activity*, 13(1), 125. <https://doi.org/10.1186/s12966-016-0451-1>

112. Arpa Zemzemoğlu, T.E., Erem, S., Uludağ, E., & Uzun, S. (2019). Sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının belirlenmesi. *Food and Health*, 5(3), 185-196. <https://doi.org/10.3153/FH19020>

113. Özdoğan, Y., Yardımcı, H., Özçelik, AÖ., & Sürücüoğlu, MS.(2012). Üniversite Öğrencilerinin Öğün Düzenleri. *Gazi Üniversitesi, Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29: 66-74

114. Bede, F., Cumber, S. N., Nkfusai, C. N., Venyuy, M. A., Ijang, Y. P., Wepngong, E. N., & Nguti Kien, A. T. (2020). Dietary habits and nutritional status of medical school students: the case of three state universities in Cameroon. *The Pan African medical journal*, 35, 15. <https://doi.org/10.11604/pamj.2020.35.15.18818>

115. Özütürker, S., Özer, B. K. (2016). Erzincan Üniversitesi Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları Ve Antropometrik Özelliklerinin Değerlendirilmesi. *Erzincan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(2), 63-74.

116. AlTarrah, D., ElSamra, Z., Daher, W., AlKhas, A., & Alzafiri, L. (2024). A cross-sectional study of self-reported dietary supplement use, associated factors, and adverse events among young adults in Kuwait. *Journal of health, population, and nutrition*, 43(1), 117. <https://doi.org/10.1186/s41043-024-00611-6>

117. Elshoryi, N. A., Odeh, M. M., Jadayil, S. A., McGrattan, A. M., Hammad, F. J., Al-Maseimi, O. D., & Alzoubi, K. H. (2023). Prevalence of dietary supplement use and knowledge, attitudes, practice (KAP) and associated factors in student population: A cross-sectional study. *Heliyon*, 9(4), e14736. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e1473>
118. Wiltgren, A. R., Booth, A. O., Kaur, G., Cicerale, S., Lacy, K. E., Thorpe, M. G., Keast, R. S., & Riddell, L. J. (2015). Micronutrient supplement use and diet quality in university students. *Nutrients*, 7(2), 1094–1107. <https://doi.org/10.3390/nu7021094>
119. Tunçer, E., Taş Özdemir, V., Şimşek, H., Karaağaç, Y., & Yabancı Ayhan N. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Besin Destegi Kullanma Durumlarının Değerlendirilmesi. *Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(2), 91-101.
120. Naqvi, A. A., Ahmad, R., Elewi, A. A. W., AlAwa, A. H., & Alasiri, M. J. (2018). Dietary supplement use among undergraduate male students in health and non-health cluster colleges of a public-sector university in Dammam, Saudi Arabia. *BMC complementary and alternative medicine*, 18(1), 269. <https://doi.org/10.1186/s12906-018-2332-4>
121. Lieberman H.R. , Marriott B.P., Williams,C., Judelson D.A., Glickman, E.L., GeiselmanP,J., Dotson,L., & Mahoney, C.R.(2015). Patterns of dietary supplement use among college students. *Clinical Nutrition* 34, 976e985. <http://dx.doi.org/10.1016/j.clnu.2014.10.010>
122. AlZahrani, W. I., & Oommen, A. (2023). Role of vitamin D in the academic performance of health sciences students in Saudi Arabia. *Arab Gulf Journal of Scientific Research*, 41(1), 40-47. . <https://doi.org/10.1108/AGJSR-04-2022-0028>
123. Cappellini, M. D., Santini, V., Braxs, C., & Shander, A. (2022). Iron metabolism and iron deficiency anemia in women. *Fertility and sterility*, 118(4), 607–614. <https://doi.org/10.1016/j.fertnstert.2022.08.014>
124. Pınarlı Falakacılar, Ç., & Yücecın, S. (2024). The Impact of Sustainability Courses: Are They Effective in Improving Diet Quality and Anthropometric Indices?. *Nutrients*, 16(11), 1700. <https://doi.org/10.3390/nu16111700>
125. Arrazat, L., Nicklaus, S., de Lauzon-Guillain, B., & Marty, L. (2024). Behavioural determinants of healthy and environmentally friendly diets in French university students. *Appetite*, 200, 107532. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2024.107532>
126. Akay, G.(2020) *Sürdürülebilir Beslenme ve Çevre İlişkisi Hakkında Sağlık Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Bilgi Düzeylerinin Değerlendirilmesi*. [Yüksek Lisans Tezi / Necmettin Erbakan Üniversitesi].Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez merkezi. (Tez no: 634234)
127. Babacık, M.(2023).*Üniversite Öğrencilerinin Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Bilgi ve Tutumlarının Saptanması*. [Yüksek Lisans Tezi/ Trakya Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez merkezi. (Tez no: 728800)
128. Gülsöz, S.(2017).*Yirmi Yaş ve Üzeri Bireylerin Sürdürülebilir Beslenme Konusundaki Bilgi Düzeylerinin ve Uygulamalarının Değerlendirilmesi*. [Yüksek Lisans Tezi/ Başkent Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez merkezi. (Tez no: 471389)
129. Ünal Özen, G.(2019). *Diyetisyen ve Diyetisyen Adaylarının Sürdürülebilir Beslenme Konusundaki Bilgi ve Tutumlarının Değerlendirilmesi*. [Yüksek Lisans Tezi/ Hacettepe Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez merkezi. (Tez no: 575608)
130. Kayak, S.(2023). *Aile Sağlığı Merkezi Çalışanlarının Sürdürülebilir Beslenme Hakkında Bilgi, Tutum, Davranışlarının ve Diyet Kalitelerinin Değerlendirilmesi*:

*Kırklareli İl Merkezi Örneği*. [Yüksek Lisans Tezi / Trakya Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez merkezi. (Tez no: 783334).

131. Tari Selcuk, K., Atan, R. M., Arslan, S., & Sahin, N. (2023). Is food insecurity related to sustainable and healthy eating behaviors?. *Environmental science and pollution research international*, 30(29), 74280–74289. <https://doi.org/10.1007/s11356-023-27694-8>

132. García-González, Á., Achón, M., Carretero Krug, A., Varela-Moreiras, G., & Alonso-Apperte, E. (2020). Food Sustainability Knowledge and Attitudes in the Spanish Adult Population: A Cross-Sectional Study. *Nutrients*, 12(10), 3154. <https://doi.org/10.3390/nu12103154>

133. Şahin, D.(2024).Cinsiyetin Sürdürülebilir Tüketici Davranışı Üzerindeki Rolü: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Beykoz Akademi Dergisi*; 12(1), 58-74. DOI: 10.14514/beykozad.1342719

134. Deli, A.(2024). *Erciyes Üniversitesi Personel Yemekhanesinden Yararlanan Bireylerin Sürdürülebilir Beslenme Davranışları ve Akdeniz Diyetine Uyumunun Saptanması*. [Yüksek Lisans Tezi/ Erciyes Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez merkezi. (Tez no: 893960)

135. Modlinska, K., Adamczyk, D., Maison, D., & Pisula, W. (2020). Gender Differences in Attitudes to Vegans/Vegetarians and Their Food Preferences, and Their Implications for Promoting Sustainable Dietary Patterns—A Systematic Review. *Sustainability*, 12(16), 6292. <https://doi.org/10.3390/su12166292>

136. Schulz, P., Nicolai, S., Tomczyk, S., Schmidt, S., Franikowski, P., & Stoll-Kleemann, S. (2024). Gender and Socioeconomic Influences on Ten Pro-Environmental Behavior Intentions: A German Comparative Study. *Sustainability*, 16(7), 2816. <https://doi.org/10.3390/su16072816>

137. Feraco A, Armani A, Amoah I, Guseva E, Camajani E, Gorini S, Strollo R, Padua E, Caprio M & Lombardo M.(2024). Assessing gender differences in food preferences and physical activity: a population-based survey. *Front. Nutr.* 11:1348456. doi: 10.3389/fnut.2024.1348456

138. Yolcuoğlu, İ. Z., & Kızıltan, G. (2021). Beslenme Eğitiminin Diyet Kalitesi, Sürdürülebilir Beslenme ve Yeme Davranışları Üzerine Etkisi. *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 6(1), 77-90.

139. Torabian-Riasati, S., Lippman, S.R., Nisnevich, Y., & Plunkett, S.W.(2017). Food Sustainability Knowledge and Its Relationship with Dietary Habits of College Students. *Austin J Nutri Food Sci*; 5(2): 1089. ISSN:2381-8980

140. Mann, D., Thornton, L., Crawford, D., & Ball, K. (2018). Australian consumers' views towards an environmentally sustainable eating pattern. *Public health nutrition*, 21(14), 2714–2722. <https://doi.org/10.1017/S1368980018001192>

141. Haznedar, N. K., & Aktaş, N. (2022). Sürdürülebilir beslenme ve gıda güvenesinin sağlanmasında gıda ve beslenme okuryazarlığının gerekliliği. *Türkiye Klinikleri Nutrition and Dietetics-Special Topics*, 8(4), 17-25.

142. Abrahamse, W.(2020) How to Effectively Encourage Sustainable Food Choices: A Mini-Review of Available Evidence. *Front. Psychol.* 11:589674. doi: 10.3389/fpsyg.2020.589674

143. Chard, E., Bergstad, C.J., Steentjes, K., Poortinga, W., & Demski, C. (2024) Gender and cross-country differences in the determinants of sustainable diet intentions: a multigroup analysis of the UK, China, Sweden, and Brazil. *Front. Psychol.* 15:1355969. doi: 10.3389/fpsyg.2024.1355969

144. Ayaz, N.(2022). *Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Besin Seçimlerini Etkileyen Etmenler İle Beden Kütle İndeksleri Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi/ Hasan Kalyoncu Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez merkezi. (Tez no: 774862)
145. Özenoğlu, A.,Yalnız, T., & Uzdil, Z. (2018). Sağlık Eğitiminin Beslenme Alışkanlıkları ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Üzerine Etkisi. *ACU Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(3), 234-242. <https://doi.org/10.31067/0.2018.20>
146. Onyenweaku, E., Fila, W., Akpanukoh, A., Kalu, M., Kamgain, A.T., & Kesa, K.(2023). The role of nutrition knowledge in dietary adjustments during COVID-19 pandemic. *Heliyon* 9, e15044. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e15044>
147. Ateş, H. (2018). Fen Bilgisi ve Sosyal Bilgiler Öğretmen Adaylarının Sürdürülebilir Tüketim Davranışlarının ve Bilgi Düzeylerinin Araştırılması. *Journal of Uludag University Faculty of Education*, 31(2), 507-531. <https://doi.org/10.19171/uefad.505608>
148. Kırklılar, S.(2024). *Üniversite Öğrencilerinin Genetiği Değiştirilmiş Organizmalara Bakış Açısının ve Sürdürülebilir Beslenme Davranışlarının Antropometrik Ölçümlere Etkisi*. [Yüksek Lisans Tezi/ Mardin Artuklu Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez merkezi. (Tez no: 884079)
149. Von Koerber, K., Bader, N., & Leitzmann, C. (2017). Wholesome Nutrition: an example for a sustainable diet. *Proceedings of the Nutrition Society*, 76(1), 34–41. doi:10.1017/S0029665116000616
150. Żakowska-Biemans, S., Pieniak, Z., Kostyra, E., & Gutkowska, K. (2019). Searching for a Measure Integrating Sustainable and Healthy Eating Behaviors. *Nutrients*, 11(1), 95. <https://doi.org/10.3390/nu11010095>

## **EKLER**

**Ek 1. Etik Kurul Kararı**

**Ek 2. Rektörlük Uygulama İzni**



### Ek 3. Gönüllüleri Bilgilendirme ve Olur (Rıza) Formu

#### GÖNÜLLÜLERİ BİLGİLENDİRME VE OLUR (RIZA) FORMU

Sayın Katılımcı

Bu çalışma Sağlık Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Sürdürülebilir Beslenme Bilgi Düzeyleri ile Besin Satın Alma Davranışları Arasındaki İlişki'nin belirlenmesi amacıyla planlanmıştır.

Bu çalışmaya gönüllü olarak katılabilir, dilediğiniz zaman çalışmadan ayrılabilirsiniz. Çalışma sürecinde sizden ücret talep edilmeyecek ve ücret ödenmeyecektir. Bilgileriniz yalnızca çalışma kapsamında kullanılacak ve başka kurum ve kuruluşlarla paylaşılmayacaktır.

Çalışmanın sonuçları bize ülkemizdeki sürdürülebilir beslenme faaliyetlerinin geliştirilmesine, konu ile ilgili eğitim programlarının oluşturulmasına katkıda bulunacaktır.

Çalışma ile ilgili tüm merak ettiklerinizi uygulamacıya sorabilirsiniz

**YUKARIDAKİ BİLGİLERİ OKUDUM, BUNLAR HAKKINDA BANA YAZILI VE SÖZLÜ AÇIKLAMA YAPILDI. BU KOŞULLARDA SÖZ KONUSU ARAŞTIRMAYA KENDİ RIZAMLA, HİÇBİR BASKI VE ZORLAMA OLMASIZIN KATILMAYI KABUL EDİYORUM.**

Araştırmayı yapan sorumlu araştırmacı Goncağül ULCAY

## Ek 4. Anket Formu

# ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SÜRDÜRÜLEBİLİR BESLENME BİLGİ DÜZEYLERİ İLE BESİN SATIN ALMA DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ

### Sayın Katılımcı

Bu çalışma Üniversite Öğrencilerinin Sürdürülebilir Beslenme Bilgi Düzeyleri ile Besin Satın Alma Davranışları Arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla planlanmıştır.

Bu çalışmaya gönüllü olarak katılabilir, dilediğiniz zaman çalışmadan ayrılabilirsiniz. Çalışma sürecinde sizden ücret talep edilmeyecek ve ücret ödenmeyecektir. Bilgileriniz yalnızca çalışma kapsamında kullanılacak ve başka kurum ve kuruluşlarla paylaşılmayacaktır.

Çalışmanın sonuçları bize ülkemizdeki sürdürülebilir beslenme faaliyetlerinin geliştirilmesine, konu ile ilgili eğitim programlarının oluşturulmasına katkıda bulunacaktır.

Çalışma ile ilgili tüm merak ettiklerinizi uygulamacıya sorabilirsiniz

**YUKARIDAKİ BİLGİLERİ OKUDUM, BUNLAR HAKKINDA BANA YAZILI VE SÖZLÜ AÇIKLAMA YAPILDI. BU KOŞULLARDA SÖZ KONUSU ARAŞTIRMAYA KENDİ RIZAMLA, HİÇBİR BASKI VE ZORLAMA OLMAKSIZIN KATILMAYI KABUL EDİYORUM.**

Araştırmayı yapan sorumlu araştırmacı Goncagül Ulcay

## I. Demografik Bilgiler

1.	Adınız ve soyadınız:
2.	Yaşınız (yıl):
3.	Cinsiyetiniz: a) Erkek                      b) Kadın
4.	Bölümünüz: a) Beslenme ve Diyetetik                      b) Hemşirelik                      c) Fizyoterapi ve Rehabilitasyon
5.	Sınıfınız: a) 2. Sınıf                      b) 3. Sınıf                      c) 4. Sınıf
6.	Üniversite Eğitimi Öncesi Yaşadığınız Şehir:
7.	Üniversitede eğitim gördüğünüz sürece yaşadığınız yer: a) Tek başına ev/apart                      b) Alie evi                      c) Arkadaşlar ile birlikte ev                      d) Özel Yurt                      e) Devlet Yurdu                      f) Diğer:
8.	Geliriniz ile ilgili aşağıdaki yargılardan hangisi size daha uygun? a) Gelirim giderimden az. b) Gelirim giderime eşit. c) Gelirim giderimden fazla.
9.	Gelirinizin yaklaşık ne kadarını beslenmeye ayırıyorsunuz? a) 1/4'den az                      b) 1/4                      c) 2/4                      d) 3/4                      e) 3/4'den fazla                      f) Fikrim yok
10.	Hekim tarafından tanısı konmuş herhangi bir sağlık sorunuz var mı? a) Hayır, yok                      b) Evet, var:.....
11.	Hastalığınız ile ilgili bir diyet uyguluyor musunuz? (doktor, diyetisyen tarafından önerilen)

	a) Hayır	b) Evet.....
12.	Kendi kararınız/ isteğiniz ile özel bir diyet/beslenme şekli uyguluyor musunuz?	
	a) Hayır, uygulamıyorum b) Evet, uyguluyorum	
	Yanıt Evet ise:	
	a) Ketojenik diyet	
	b) Lakto vejetaryen	Süt ve ürünleri tüketiyorum, <b>et ve yumurta tüketmiyorum.</b>
	c) Ovo vejetaryen	Yumurta tüketiyorum, <b>et ile süt ve ürünlerini tüketmiyorum.</b>
	d) Lakto-ovo vejetaryen	Süt ve ürünleri ile yumurta tüketiyorum, <b>et tüketmiyorum.</b>
	e) Pessetariyan	Balık tüketiyorum, <b>hiçbir diğer et türünü tüketmiyorum.</b>
	f) Vegan	Hayvansal kaynaklı hiçbir besini tüketmiyorum (et, süt, yumurta, bal dahil).
	g) Yarı/kısmi vejetaryen	Tavuk veya balık tüketiyorum, <b>kırmızı et tüketmiyorum.</b>
	h) Makrobiyotik diyet	<b>Tüketilenler:</b> İşlenmemiş vegan diyeti, tam tahıllar, kahverengi pirinç, az meyve, bol sebze, kurubaklagiller (kurufasulye, mercimek), bazen balık <b>Tüketilmeyenler:</b> Et, süt ve ürünleri, şeker ve rafine yağlar
	Diğer (belirtiniz):	
13.	Besin desteği (vitamin / mineral /bitkisel ürün) kullanıyor musunuz?	
	a) Hayır b) Evet.....	
14.	Sigara içiyor musunuz? a) Hayır, hiç içmedim b)Hayır, içtim bıraktım c)Evet, halen içiyorum	
15.	Genellikle alkollü içecek tüketiyor musunuz? a) Hayır b) Evet	
	Yanıt Evet ise; Türü:.....	
	Ne sıklıkta tüketiyorsunuz? a) Hergün b) Haftada.....kez c) Ayda.....kez	

## II. BESLENME ALIŞKANLIKLARI

14.	Genellikle günde kaç öğün yemek yiyorsunuz? a)Ana öğün (kez): ..... b) Ara öğün (kez):.....	
15.	Genellikle ana (sabah, öğle, akşam) öğünü atlar mısınız? a) Hayır b) Evet	
	Yanıtınız “Evet” ise; Nedeni nedir?	
	a) Uyku düzensizliği b) Zayıflamak, ağırlık kontrolü c) Alışkanlığı yok	
	d) Hazırlayan yok e) Camı istemiyor, iştahsız f) Zaman yetersizliği	
	g) Diğer (yazınız):	
16.	Genelde iştah durumunuz nasıl? a) İyi, normal b) Fena değil c) Kötü	

## III. EGZERSİZ/SPOR YAPMA DURUMU

1.	Herhangi bir dalda düzenli olarak egzersiz / spor yapıyor musunuz? a) Hayır b) Evet	
	Haftada toplam 150 dakika egzersiz (yürüme dahil) yapıyor musunuz?	
	a) Hayır b) Evet c) Farkında değilim/Bilmiyorum	

#### IV. SÜRDÜRÜLEBİLİR BESLENMEYE İLİŞKİN SORULAR

1.	<b>Sürdürülebilir beslenme tanımını daha önce duydunuz mu?</b> <input type="checkbox"/> 1. Evet, duydum. <input type="checkbox"/> 2. Hayır, duymadım. (3.soruya geçiniz)
2.	<b>Sürdürülebilir beslenme tanımını daha önce nereden duydunuz? (Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz)</b> <input type="checkbox"/> 1. Lisans eğitimim sırasında ders, konferans gibi akademik ve bilimsel etkinliklerden <input type="checkbox"/> 2. Bilimsel yayınlardan <input type="checkbox"/> 3. Televizyon ve radyo <input type="checkbox"/> 4. Sosyal medyadan <input type="checkbox"/> 5. Gazete, dergi vb. popüler yayınlardan <input type="checkbox"/> 6. Doktor, diyetisyen vb. sağlık profesyonellerinden <input type="checkbox"/> 7. Diğer (.....)
3.	<b>Sürdürülebilir beslenme konusundaki bilgi düzeyinizi aşağıdakilerden hangisi tanımlar?</b> <input type="checkbox"/> 1. Çok iyi biliyorum <input type="checkbox"/> 2. İyi biliyorum <input type="checkbox"/> 3. Ne biliyorum ne de bilmiyorum <input type="checkbox"/> 4. Pek bilmiyorum <input type="checkbox"/> 5. Hiçbir bilgim yok
4.	<b>Sizce sürdürülebilir beslenme nedir? 1. Bilmiyorum</b> <b>2. Sürdürülebilir beslenme;.....</b>
5.	<b>Sizce aşağıda yer alan başlıklardan hangisi/hangileri sürdürülebilir beslenme kapsamında değerlendirilebilir? (birden fazla şık işaretleyebilirsiniz)</b> <input type="checkbox"/> 1. İklim değişikliği <input type="checkbox"/> 2. Biyoçeşitlilik ve doğal yaşam alanları <input type="checkbox"/> 3. Su kıtlığı <input type="checkbox"/> 4. Hava ve suya toksik emisyon (karbondioksit/azot/fosfor) <input type="checkbox"/> 5. Toprak kalitesinin bozulması <input type="checkbox"/> 6. Besin güvenliği <input type="checkbox"/> 7. Gıda fiyat istikrarı/besin fiyatlarındaki aşırı dalgalanmalar <input type="checkbox"/> 8. Kadın ve gençlerin istihdamı <input type="checkbox"/> 9. Ekonomik büyüme <input type="checkbox"/> 10. Besin sektörünün rekabet gücü <input type="checkbox"/> 11. Obezite ile ilgili kronik hastalıkların önlenmesi <input type="checkbox"/> 12. Malnütrisyon (kötü beslenme) ve yetersiz beslenme <input type="checkbox"/> 13. Hayvan refahı <input type="checkbox"/> 14. Diğer (.....)

#### V. SÜRDÜRÜLEBİLİR BESLENMEYE YÖNELİK DAVRANIŞ ÖLÇEĞİ

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Her zaman
<b>Besin Tercih</b>					
1. Üretimi sırasında daha az sera gazı oluşturan besinleri tercih ederim.	1	2	3	4	5
2. Çevresel etkileri nedeniyle daha az hayvansal daha çok bitkisel kaynaklı besinlerle beslenirim.	1	2	3	4	5
3. Çevreye duyarlı olarak üretilen besinleri tercih ederim.	1	2	3	4	5
4. İşlenmiş besinlerin çevreye zararının yüksek olduğunu düşündüğüm için az tüketirim.	1	2	3	4	5
5. Çevresel etkisi daha düşük olduğu için evde yemek yapmayı tercih ederim.	1	2	3	4	5
6. Çevreye etkileri düşük olduğu için protein kaynağı olarak kabuklu yemiş ve/veya kurubaklagil tüketmeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5
<b>Gıda İsrafının Azaltılması</b>					
7. Besinlerin artan kısmını farklı yemeklerde yeniden kullanırım.	1	2	3	4	5

8.	Bayatlayan ekmekleri çöpe atmayarak değerlendiririm.	1	2	3	4	5
9.	Çevreyi korumak için besin israfımı azaltırım.	1	2	3	4	5
10.	Gıda kaybının dünyada açlığa neden olduğunu bilerek gıda israfımı azaltırım.	1	2	3	4	5
11.	Besinlerin daha pahalı olmasına israfın da neden olduğunu bilerek israf etmemeye çalışırım.	1	2	3	4	5
12.	Ekolojik ayak izimi azaltmak için besin ve ambalaj atıklarımı ayrıştırırım.	1	2	3	4	5
13.	Gelecek nesilleri düşünerek ihtiyacım kadar tüketmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
14.	Yumuşayan sebze-meyveleri atmayarak değerlendiririm.	1	2	3	4	5
15.	Tüketmediğim ve/veya mevsiminde fazla aldığım besinleri daha sonra kullanmak için dondurucuda saklarım.	1	2	3	4	5
<b>Mevsimsel ve yerel beslenme</b>						
16.	Sera gazını azaltmak için mevsiminde yetişen besinleri tüketmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
17.	Ekolojik çeşitliliği korumak için mevsiminde avlanan balıkları tercih ederim.	1	2	3	4	5
18.	Geleneksel/yöresel besinleri tüketmeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5
19.	Çevreyi korumak için organik besinleri (tarım ilacı/kimyasal madde içermeyen) tüketmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
20.	Küresel ısınmayı önlemek için başka ülkelerden taşınan besinleri tüketmemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5
21.	Besin alışverişimi küçük ölçekli yerel esnaftan ve/veya pazardan yapmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
22.	İthal besinler yerine yerli besinleri almayı tercih ederim.	1	2	3	4	5
23.	Kültürel alışkanlıklarına uygun besinleri almayı tercih ederim.	1	2	3	4	5
<b>Besin Satın Alma</b>						
24.	Besin satın alırken etiketlerdeki yerel ve/veya ekolojik işaretleri kontrol ederim.	1	2	3	4	5
25.	İhtiyacımdan fazlasını satın almamak için alışverişe liste yaparak giderim.	1	2	3	4	5
26.	İsrafi azaltmak için ürünlerin son kullanma tarihine dikkat ederim.	1	2	3	4	5
27.	Besin tercihlerimin küresel iklimi etkilediğini bilerek alışverişimi yaparım.	1	2	3	4	5
28.	Plastik atığını azaltmak için kendi su kabımı taşıırım.	1	2	3	4	5
29.	Plastik atığını azaltmak için kendi alışveriş çantamı kullanırım.	1	2	3	4	5

## VI. BESİN SATIN ALMA DAVRANIŞLARI ÖLÇEĞİ

		Hiçbir zaman	Nadiren	Sık sık	Her zaman
<b>Besin değeri</b>					
1	Ürünlerin üstünde bulunan beslenme bilgileri etiketlerini okurum.	1	2	3	4
2	Benzer yiyeceklerdeki besin değerleri ve içerikleri karşılaştırmak için besin etiketlerini kullanırım.	1	2	3	4
3	Sağlıklı bir öğün planlamak için yiyecekler ve atırtırmalıklardaki besin etiketlerinden faydalanırım.	1	2	3	4

4	Besin etiketlerindeki beslenme bilgilerini kullanarak ihtiyacıma uygun yiyecekler satın alırım	1	2	3	4
5	Taze yiyeceklerdeki besin içeriğini karşılaştırmak için besin etiketlerinden faydalanırım. (Süt ve süt ürünleri, et, kümes hayvanları ve balık gibi)	1	2	3	4
<b>Maliyet Tasarrufu</b>					
6	Alışverişe çıkmadan önce farklı yerlerden fiyat kontrolü yaparım.	1	2	3	4
7	İndirim kuponları ve mağaza içi özel indirim kampanyalarından faydalanırım.	1	2	3	4
8	Benzer ürünlerin maliyetini karşılaştırmak için raflardaki fiyat etiketlerini kullanırım.	1	2	3	4
9	Satın aldığım ürünün miktarını ve fiyatını diğer ürünlerle karşılaştırırım.	1	2	3	4
10	Diğer markalarla fiyatları karşılaştırarak promosyonda (hediye veren) yiyecekleri alırım.	1	2	3	4
11	Yeni bir yiyeceği tattıktan veya çekici bir ürün tanıtımı gördükten sonra satın almadan önce dikkatlice düşünürüm.	1	2	3	4
12	Satın aldığımız ürünün mevsime uygunluğuna bakarım.	1	2	3	4
13	İsrafi önlemek için sadece kullanacağım kadarını alırım.	1	2	3	4
14	Kasiyer her bir ürününün barkodunu okuttuğunda, ekranda çıkan fiyatı kontrol ederim.	1	2	3	4
<b>Güvenlik</b>					
15	Temiz ve güzel kokulu mağazalardan alışveriş yapmaya dikkat ederim.	1	2	3	4
16	Mevsiminde üretilmiş besinler satın almak için paketlerin üzerine basılmış tarihlere bakarım.	1	2	3	4
17	Diğer gıdaları göre TSE (Türk Standartları Enstitüsü) markalı gıdaları tercih ederim.	1	2	3	4
18	İndirimli ürünler aldığımda son kullanma tarihini kontrol ederim.	1	2	3	4
19	Ambalajın ve kutuların temiz ve hasarsız olduğundan emin olmak için kontrol ederim.	1	2	3	4
20	Süt ve süt ürünleri, çiğ et, kümes hayvanları ve balıkları seçerken tazelik belirtilerine dikkat ederim.	1	2	3	4
21	Dondurulmuş gıdaların çözülmemiş olduğundan ve soğutulmuş gıdaların soğuk olduğundan emin olmak için kontrol ederim.	1	2	3	4
22	Soğuk kalması gereken besinleri paketlerken sıcaklıklarını korumak için ayrı poşete koyarım.	1	2	3	4
23	Taze et, kümes hayvanları ve balıkları damlamamaları için, mümkün olduğunda ayrı poşetlere koyarım.	1	2	3	4
24	Et ürünlerini alışverişimin sonunda satın alırım.	1	2	3	4
25	Alışveriş çantanızda et varsa eve hemen gidip buzdolabına koyarım	1	2	3	4
<b>Kolaylık</b>					
26	Alışveriş yaparken kullanmak için bir alışveriş listesi oluştururum	1	2	3	4
27	Zamandan kazanmak ve kalabalıktan kaçınmak için çalışma saatleri dışında alışveriş yaparım.	1	2	3	4
28	Alışveriş gezilerini minimumda tutarım (haftada bir veya iki defa)	1	2	3	4
29	Hazır yiyecekler satın alırım.	1	2	3	4
30	Bir veya iki kişilik yemek yapmak için tek porsiyonluk veya küçük boy paketli ürünler alırım.	1	2	3	4

## Ek 5. Ölçek Kullanım İzni



Anil ERBAGCI <anil.erbagci@hku.edu.tr>

### Ölçek Kullanım İzni Hk.

3 ileti

Anil ERBAGCI <anil.erbagci@hku.edu.tr>  
Alıcı: nevin.sanlier@ankamedipol.edu.tr

14 Mart 2024 12:32

Merhaba Sayın Nevin Hocam;

Ben Hasan Kalyoncu Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümünden Dr. Öğr. Üyesi Mustafa Anıl ERBAĞCI. Yüksek lisans programı tez öğrencim Goncagül ULCAY ile "Üniversite Öğrencilerinin Sürdürülebilir Beslenme Bilgi Düzeyleri ile Besin Satın Alma Davranışları Arasındaki İlişki" başlıklı tezi yürütmeyi planlamaktayım. İlgili tezde kullanmak üzere, "Evaluation of food purchasing behaviour of consumers from supermarkets" başlıklı çalışmanızda geliştirmiş olduğunuz Besin Satın Alma Davranışı Ölçeğini Türkçeye çevirerek kullanmak için izninizi arz ediyorum.

Olumlu veya olumsuz tüm destekleriniz şimdiden çok teşekkür ederim. Sizin gibi duayen hocaların izinden gitmek bizler için çok onur verici.

Saygılarımla...

İzin Talep Edilen Makale Linki: <https://doi.org/10.1108/00070701011018824>

--  
Dr. Öğr. Üyesi Mustafa Anıl ERBAĞCI  
Hasan Kalyoncu Üniversitesi  
Sağlık Bilimleri Fakültesi  
Beslenme ve Diyetetik Bölümü  
Bölüm Başkanı Yardımcısı  
ÇEVMER Müdür Yardımcısı  
Tel: +90 (342) 211 80 80/ 1509  
e-mail: anil.erbagci@hku.edu.tr

Nevin ŞANLIER <nevin.sanlier@ankamedipol.edu.tr>  
Alıcı: Anil ERBAGCI <anil.erbagci@hku.edu.tr>

14 Mart 2024 14:54

Tabiki canım kullanabilirsiniz

iOS için Outlook uygulamasını edinin

## ÖZGEÇMİŞ

### KİŞİSEL BİLGİLER

**Adı Soyadı** : Goncagül Ulcay  
**Uyruğu** : T.C.

### EĞİTİM

<b>Derece</b>	<b>Adı</b>	<b>Bitirme Yılı</b>
Üniversite	: Fırat Üniversitesi	2022
Yüksek Lisans	: Hasan Kalyoncu Üniversitesi	2025

**UZMANLIK ALANI** : Beslenme ve Diyetetik

**YABANCI DİLLER** : İngilizce