

Farklı Kuşakların Yeni Besin Korkusu ve Beslenme Durumunun Değerlendirilmesi

İlayda Aydın

Lisansüstü Eğitim, Öğretim ve Araştırma Enstitüsüne Beslenme ve Diyetetik Yüksek Lisans Tezi olarak sunulmuştur.

Doğu Akdeniz Üniversitesi
Ağustos 2022
Gazimağusa, Kuzey Kıbrıs

Lisansüstü Eğitim, Öğretim ve Araştırma Enstitüsü onayı

Prof. Dr. Ali Hakan Ulusoy
L.E.Ö.A. Enstitüsü Müdürü

Bu tezin Beslenme ve Diyetetik Yüksek Lisans derecesinin gerekleri doğrultusunda hazırlandığını onaylarım.

Doç. Dr. Ceren Gezer
Beslenme ve Diyetetik Bölüm Başkanı

Bu tezi okuyup değerlendirdiğimizi, tezin nitelik bakımından Beslenme ve Diyetetik Yüksek Lisans derecesinin gerekleri doğrultusunda hazırlandığını onaylarız.

Doç. Dr. Ceren Gezer
Eş-Tez Danışmanı

Doç. Dr. Tevhide Ziver Sarp
Tez Danışmanı

Değerlendirme Komitesi

1. Doç. Dr. Tevhide Ziver Sarp

2. Yrd. Doç. Dr. Kamil Dağcılar

3. Yrd. Doç. Dr. Gözde Okburan

ÖZ

Bu çalışma farklı kuşakların yeni besin korkusu ve beslenme durumlarının saptanması amacıyla İzmir iline bağlı Balçova, Bornova, Buca, Gaziemir, Karabağlar ve Konak ilçelerinin Aile Sağlık Merkezleri'ne başvuran ve Bebek Patlaması, X, Y ve Z kuşaklarına dâhil olan 19-74 yaş arası 167 gönüllü bireyle yürütülmüştür. Araştırmada veri toplama tekniği olarak anket formu kullanılmıştır. Anket formuyla bireylerin genel bilgileri, beslenme alışkanlıkları, yeni besin korkusu düzeyleri (FNS ölçeği ile), besin seçimleri ve günlük besin tüketimleri incelenmiş, antropometrik ölçümleri alınmıştır.

Bireylerin FNS skoru ortalamaları eski kuşaktan yeni kuşağa azalacak şekilde; Bebek Patlaması Kuşağı'nın 50.40 ± 10.03 , X Kuşağı'nın 42.48 ± 10.76 , Y Kuşağı'nın 34.83 ± 10.79 ve Z Kuşağı'nın 36.78 ± 11.32 olarak saptanmıştır. Bireylerin BKİ ortalamaları; Bebek Patlaması Kuşağı'nın $27.39 \pm 4.24 \text{ kg/m}^2$, X Kuşağı'nın $25.94 \pm 4.38 \text{ kg/m}^2$, Y Kuşağı'nın $24.67 \pm 5.92 \text{ kg/m}^2$, Z Kuşağı'nın ise $22.87 \pm 3.44 \text{ kg/m}^2$ olarak hesaplanmıştır. Bebek Patlaması Kuşağı'nın denediği meyve çeşidi tüm kuşaklardan daha azdır ($p < 0.05$). En fazla sebze çeşidini Bebek Patlaması Kuşağı denemiştir, denediği çeşit sayısı Z Kuşağı'ndan daha fazladır ($p < 0.05$). En az fast food ve atıştırmalık çeşidini Bebek Patlaması Kuşağı denemiştir, denediği çeşit sayısı Y ve Z Kuşağı'ndan anlamlı derecede daha azdır ($p < 0.05$). Z Kuşağı'nın sakkaroz alımının Bebek Patlaması Kuşağı'ndan anlamlı derecede fazla olduğu saptanmıştır ($p < 0.05$). Z Kuşağı'nın A ve C vitamini alım miktarı ve gereksinimi karşılama oranı Bebek Patlaması Kuşağı'ndan anlamlı derecede azdır ($p < 0.05$). Kuşaklar arasında en fazla diyet posası alımı olan Bebek Patlaması Kuşağı'nın diyet posası gereksinimini

karşılama oranının Y Kuşağı'na kıyasla anlamlı derecede fazla olduğu görülmüştür (p<0.05).

Neofobik bireylerin denediği süt ürünü, tahıl ürünü ve meyve çeşidi diğer bireylerden daha azdır (p<0.05). Neofilik bireylerin denediği fast food ve atıştırmalık çeşidi neofobik bireylerden daha fazladır (p<0.05). Neofilik bireylerin enerji gereksinimini karşılama oranları diğer bireylerden daha fazladır (p<0.05).

Çalışmanın sonucunda yeni besin korkusunun yeni kuşaklardan eski kuşaklara gidildikçe arttığı ve neofobik bireylerin daha az besin çeşidi denediği saptanmıştır. Bireylerin beslenme durumu ve besin tercihinde kuşak/yaş faktörünün yeni besin korkusu faktörüne kıyasla daha etkili olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Besin Seçimi, Beslenme Durumu, Kuşaklar, Yeni Besin Korkusu

ABSTRACT

This study was conducted with 167 volunteers aged 19-74 from Baby Boomers, X, Y and Z generations, who applied to Family Health Centers in Balçova, Bornova, Buca, Gaziemir, Karabağlar and Konak districts of İzmir. In this study, it was aimed to determine the food neophobia and nutritional status of the different generations. Questionnaire form was used as data collection technique in the research. With the questionnaire form, the general information of the individuals, their eating habits, new food neophobia levels (with the FNS scale), food choices and daily food consumption were examined, and their anthropometric measurements were taken.

Individuals' FNS score averages decreased from the old generation to the new generation; It was determined as 50.40 ± 10.03 for Baby Boomers, 42.48 ± 10.76 for X Generation, 34.83 ± 10.79 for Y Generation and 36.78 ± 11.32 for Z Generation. BMI averages of individuals was determined as $27.39 \pm 4.24 \text{ kg/m}^2$ for Baby Boomers, $25.94 \pm 4.38 \text{ kg/m}^2$ for Generation X, $24.67 \pm 5.92 \text{ kg/m}^2$ for Generation Y, and $24.67 \pm 5.92 \text{ kg/m}^2$ for Generation Z. The number of fruit varieties tried by Baby Boomers is less than that of all generations ($p < 0.05$). Baby Boomers tried the most vegetable varieties and it is higher than the Z Generation ($p < 0.05$). Baby Boomers tried the least fast food and snack types, the number of varieties tried is less than Y and Z Generations ($p < 0.05$). It was determined that the sucrose intake of Generation Z was significantly higher than the Baby Boomers ($p < 0.05$). The dietary intake of vitamins A and C of Generation Z is significantly less than that of the Baby Boomers ($p < 0.05$). The generation with the highest dietary fiber intake was the Baby Boomers

and the rate of meeting the requirement was found to be significantly higher than the Y Generation ($p<0.05$).

Neophobic individuals try less dairy products, cereal products and fruit types compared to other individuals ($p<0.05$). The type of fast food and snacks tried by neophilic individuals is higher than neophobic individuals ($p<0.05$). The rate of meeting the energy needs of neophilic individuals is higher than the others ($p<0.05$).

As a result of the study, it was determined that the food neophobia is less common in new generations and its incidence increases with age, and neophobic individuals try less food types than other individuals. It has been observed that the generation/age factor is more effective than the food neophobia factor in the nutritional status and food preference of individuals.

Keywords: Generations, Food Choice, Food Neophobia, Nutritional Status

TEŞEKKÜR

Lisans ve yüksek lisans eğitimimde olduğu gibi tez alıŐma s¼recim boyunca bana her zaman sabırlı bir Şekilde yol g¼steren, destek olan, bilgi ve birikimlerini benden esirgemeyen ok değerli Doç. Dr. Tevhide Ziver Sarp ve Doç. Dr. Ceren Gezer'e,

T¼m hayatım boyunca olduğu gibi tez s¼recimde de bana g¼venip inanan, sevgilerini ve maddi, manevi desteklerini asla esirgemedен eğitimim için ne gerekiyorsa yapmamı sağlayan annem Kudret Aydın ve babam Nevzat Aydın'a

Bana hayatımın her evresinde doğru ¼rnek olup baŐarılarıma t¼m sevgisi ve desteğiyle ıŐık tutan ablam Dilara G¼ndem'e

Tez çalıŐmam s¼resince yardımını asla esirgemeyen ve her koŐulda yanımda olan Melih Yılmaz'a ve bu yolda bana verdikleri moralle destekçi olan t¼m arkadaŐlarım ve akrabalarıma çok teŐekk¼r ederim.

İÇİNDEKİLER

ÖZ.....	iii
ABSTRACT.....	v
TEŞEKKÜR.....	vii
KISALTMALAR.....	xi
TABLO LİSTESİ.....	xii
ŞEKİL LİSTESİ.....	xv
1 GİRİŞ.....	1
1.1 Kuramsal Yaklaşımlar ve Kapsam.....	1
1.2 Amaç.....	3
1.3 Hipotezler.....	3
2 GENEL BİLGİLER.....	4
2.1 Beslenme.....	4
2.1.1 Yetişkinlerde Enerji ve Besin Öge Gereksinimleri.....	4
2.1.1.1 Makro Besin Ögeleri.....	5
2.1.1.2 Mikro Besin Ögeleri.....	6
2.2 Besinlerin Seçilmesi ve Reddedilmesi.....	7
2.3 Yeni Besin Korkusu	9
2.3.1 Yeni Besin Korkusunu Etkileyen Faktörler.....	11
2.3.1.1 Kalıtım ve Sosyal Çevre.....	12
2.3.1.2 Sosyodemografik Özellikler.....	13
2.3.1.3 Kişilik Özellikleri.....	16
2.3.1.4 Duyusal Duyarlılık ve Memnuniyet.....	16
2.3.1.5 Durumsal Faktörler.....	17

2.3.2 Yeni Besin Korkusunun Diyet Kalitesi ve Beden Kütle İndeksine Etkileri.....	20
2.3.3 Yeni Besin Korkusunun Ölçümü.....	21
2.3.4 Yeni Besin Korkusunun Tedavisi.....	22
2.4 Kuşak Kavramı.....	23
2.4.1 Sessiz Kuşak (1925-1945).....	25
2.4.2 Bebek Patlaması (Baby Boomer) Kuşağı (1946-1964).....	25
2.4.3 X Kuşağı (1965-1979).....	26
2.4.4 Y Kuşağı (1980-1999).....	26
2.4.5 Z Kuşağı (2000 ve Sonrası).....	27
2.4.6 Kuşaklar ve Besin Seçimleri.....	28
3 GEREÇ VE YÖNTEM.....	31
3.1 Araştırmanın Yeri ve Zamanı.....	31
3.2 Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	31
3.3 Veri Toplama Teknikleri.....	32
3.3.1 Genel Özelliklere İlişkin Bilgiler.....	32
3.3.2 Beslenme Alışkanlıklarına İlişkin Bilgiler.....	33
3.3.3 Antropometrik Ölçümler.....	33
3.3.4 Yeni Besin Korkusu Ölçeği (FNS).....	36
3.3.5 Besin Çeşitliliğini Saptama Formu.....	36
3.3.6 Besin Tüketim Kaydı.....	37
3.3.7 Verilerin İstatiksel Olarak Değerlendirilmesi	37
4 BULGULAR.....	39
4.1 Bireylerin Genel Özelliklerine İlişkin Bulgular.....	39
4.2 Bireylerin Genel Beslenme Alışkanlıklarına İlişkin Bulgular.....	43

4.3 Bireylerin Antropometrik Ölçümlerine İlişkin Bulgular.....	46
4.4 Bireylerin Yeni Besin Korkusu Durumuna Yönelik Bulgular.....	50
4.5 Bireylerin Çeşitli Besinleri Deneme ve Hoşlanma Durumlarına İlişkin Bulgular.....	60
4.6 Bireylerin Besin Tüketimlerine Yönelik Bulgular.....	81
5 TARTIŞMA.....	96
5.1 Bireylerin Genel Özelliklerinin Değerlendirilmesi.....	96
5.2 Bireylerin Genel Beslenme Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi.....	99
5.3 Bireylerin Antropometrik Ölçümlerinin Değerlendirilmesi.....	102
5.4 Bireylerin Yeni Besin Korkusu Durumuna Yönelik Bulguların Değerlendirilmesi.....	105
5.5 Bireylerin Çeşitli Besinleri Deneme ve Hoşlanma Durumlarına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi.....	111
5.6 Bireylerin Besin Tüketimlerine Yönelik Bulguların Değerlendirilmesi.....	118
6 SONUÇ ve ÖNERİLER.....	123
6.1 Sonuçlar.....	123
6.2 Öneriler.....	129
KAYNAKLAR.....	131
EKLER.....	151
Ek A: Anket Formu.....	152
Ek B: Etik Kurul Onayı.....	166
Ek C: Yeni Besin Korkusu Ölçeği Kullanım İzni.....	167

KISALTMALAR

ASM	Aile Sağlığı Merkezi
BKİ	Beden Kütle İndeksi
BeBİS	Beslenme Bilgi Sistemi
CHO	Karbonhidrat
Cm	Santimetre
DSÖ	Dünya Sağlık Örgütü
FNS	Food Neophobia Scale (Yeni Besin Korkusu Ölçeği)
Kg	Kilogram
Kkal	Kilokalori
n	Sayı
s	Standart Sapma
SPSS	Statistical Package For Social Sciences
TBSA	Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması
TFNS	Yeni Besin Korkusu Ölçeği Türkçe Formu
TÖBR	Türkiye'ye Özgü Beslenme Rehberi
TÜBER	Türkiye Beslenme Rehberi
TÜİK	Türkiye İstatistik Kurumu
\bar{x}	Ortalama

TABLO LİSTESİ

Tablo 3.1: BKİ Değerlerine Göre Sınıflandırma.....	34
Tablo 3.2: Bel Çevresine Göre Sınıflandırma.....	34
Tablo 3.3: Bel/Kalça Oranına Göre Sınıflandırma.....	35
Tablo 3.4: Bel/Boy Oranı Sınıflandırması.....	35
Tablo 4.1: Bireylerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Dağılımları.....	49
Tablo 4.2: Bireylerin Sigara, Alkol Kullanımları Dağılımları.....	41
Tablo 4.3: Bireylerin Hastalık Durumlarına Göre Dağılımları.....	42
Tablo 4.4: Bireylerin Beslenme Alışkanlıklarına Göre Dağılımı.....	43
Tablo 4.5: Bireylerin Kuşaklara Göre Antropometrik Ölçümlerinin Dağılımı.....	46
Tablo 4.6: Bireylerin Kuşaklara ve Antropometrik Ölçüm Sınıflandırmalarına Göre Dağılımları.....	48
Tablo 4.7: Bireylerin Yeni Besin Korkusu Ölçeği (FNS) Puanlarının Ortalama, Standart Sapma, Alt ve Üst Değerleri.....	50
Tablo 4.8: Bireylerin Yeni Besin Korkusu Ölçeği (FNS) Puanlarına Göre Dağılımları.....	51
Tablo 4.9: Bireylerin Kuşaklara ve Cinsiyetlerine Göre Yeni Besin Korkusu Ölçeği Puanı Ortalamaları (\bar{x}) ve Standart Sapmaları (s).....	52
Tablo 4.10: Bireylerin Kuşaklara ve Aylık Gelir Durumlarına Göre Yeni Besin Korkusu Ölçeği Puanı Ortalamaları (\bar{x}) ve Standart Sapmaları (s).....	53
Tablo 4.11: Bireylerin Kuşaklara ve Eğitim Durumlarına Göre Yeni Besin Korkusu Ölçeği (FNS) Puanı Ortalamaları (\bar{x}) ve Standart Sapmaları (s).....	54
Tablo 4.12: Bireylerin Yeni Besin Korkusu Durumlarına Göre Antropometrik Ölçümlerinin Dağılımı.....	56

Tablo 4.13: Bireylerin Yeni Besin Korkusu Durumlarına Göre Antropometrik Ölçümlerinin Sınıflandırılması.....	58
Tablo 4.14: Bireylerin Yeni Besin Korkusu Durumlarına Göre Denedikleri Besinlerin Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri.....	60
Tablo 4.15: Bireylerin Kuşaklara Göre Denedikleri Besinlerin Ortalaması (\bar{x}) ve Standart Sapması (s).....	62
Tablo 4.16: Bireylerin Kuşaklara Göre Denedikleri Süt ve Süt Ürünlerini Sevme Puanlarının Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri.....	64
Tablo 4.17: Bireylerin Kuşaklara Göre Sebzeleri Sevme Durumlarının Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri.....	65
Tablo 4.18: Bireylerin Kuşaklara Göre Meyveleri Sevme Durumlarının Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri.....	69
Tablo 4.19: Bireylerin Kuşaklara Göre Kurubaklagilleri Sevme Durumlarının Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri.....	72
Tablo 4.20: Bireylerin Kuşaklara Göre Kuruyemişleri Sevme Durumlarının Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri.....	73
Tablo 4.21: Bireylerin Kuşaklara Göre Yumurta, Et ve Sakatatları Sevme Durumlarının Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri.....	74
Tablo 4.22: Bireylerin Kuşaklara Göre Ekmek Türlerini Sevme Durumlarının Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri.....	76
Tablo 4.23: Bireylerin Kuşaklara Göre Tahıl Ürünlerini Sevme Durumlarının Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri.....	77
Tablo 4.24: Bireylerin Kuşaklara Göre Fastfood ve Atıştırmalıklar Sevme Durumlarının Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri.....	78

Tablo 4.25: Bireylerin Yeni Besin Korkusu Durumlarına Göre Enerji Ve Besin Ögesi Alımının Ortalama (\bar{X}), Standart Sapma (s), Alt Ve Üst Değerleri.....	82
Tablo 4.26: Bireylerin Yeni Besin Korkusu Durumlarına Göre Besin Ögesi Alım Miktarlarının Günlük Gereksinimi Karşılama Oranları Ortalaması (\bar{x}).....	86
Tablo 4.27: Bireylerin Kuşaklara Göre Enerji Ve Besin Ögesi Alımının Ortalama (\bar{X}), Standart Sapma (s), Alt Ve Üst Değerleri.....	88
Tablo 4.28: Bireylerin Kuşaklara Göre Besin Ögesi Alım Miktarlarının Günlük Gereksinimi Karşılama Oranları Ortalaması (\bar{x}).....	93

ŒEKİL LİSTESİ

Œekil 2.1: Yeni Besin Korkusu Durumunun YaŒa Göre Dağılımlı.....15

Bölüm 1

GİRİŞ

1.1 Kuramsal Yaklaşımlar ve Kapsam

Yeterli ve dengeli beslenme sağlıklı bir yaşamın yapıtaşını oluşturmaktadır. Yeterli ve dengeli beslenme; bireylerin yaş, cinsiyet ve fizyolojik durumlarına göre gereksinim duyulan miktarda enerji ve besin ögesi alımı olarak tanımlanmaktadır. Yeterli ve dengeli beslenmenin sürdürülebilmesi için besin çeşitliliği büyük önem taşımaktadır (Baysal, 2016).

Modern dünyadaki teknolojik gelişmeler, sosyoekonomik olaylar ve bilimsel yenilikler insanların yaşamında pek çok değişime sebep olmaktadır. Bu değişiklikler, bireylerin yaşam şekillerine, çalışma hayatlarına, sosyal çevrelerine ve psikolojilerine kadar birçok duruma etki etmektedir. Farklı dönemlere ait gelişmeler, kuşaklar arasındaki bireylerin yaşam biçiminde farklılıklar yaratmaktadır. Bu farklılıklara bağlı olarak kişilerin beslenme alışkanlıklarının ve besin seçimlerinin de etkilendiği bilinmektedir (Kazkondur, 2020).

Yeni besin korkusu (food neophobia), yeni ve farklı besinleri denemekten kaçınma ve bu besinleri tüketmekten çekinme eğilimi olarak tanımlanmakta ve diyetdeki besin çeşitliliğini olumsuz yönde etkilemektedir (Van den Heuvel ve ark., 2019). Bireylerin daha önce tatmadıkları besinlere karşı duydukları şüpheli ve çekingen korku durumuna “neofobi”, bireylerin yeni ve farklı besin arayışları ve tatma isteklerine ise “neofili” denilmektedir (Fischler, 1988).

Yeni besin korkusunun farklı yaş gruplarındaki gelişimi farklılık göstermektedir. Yeni besin korkusu yaşamın ilk aylarında en düşük seviyedeysen, süttten kesilmenin ardından ilerleyen çocukluk döneminde keskin bir şekilde artış göstermekte ve 2-6 yaş arasında en yüksek seviyeye ulaşmaktadır. Ancak yaş ilerledikçe bu davranış azalma eğilimi göstermektedir (Dovey ve ark., 2008). Yeni besin korkusu yaşlı bireylerde genç yetişkinlere kıyasla daha yüksek oranda görülmekle birlikte, bu bireylerin yaşlılık nedeniyle oluşabilecek sağlık sorunları ve zehirlenmelerden korkması ve yeni besinlerden kaçınmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Ayrıca yaşlandıkça azalan duyuusal yetenek, koku ve tat kayıpları, yalnız yaşama, düşük eğitim seviyesi gibi faktörlerin bireylerde güvensizliğe neden olması ve çekingen besin alımına sebep olmaktadır (Doma ve ark., 2018; Olabi ve ark., 2009).

Yeni besin korkusuyla diyetteki çeşitlilik azalmakta ve dengesiz beslenme tabloları ortaya çıkmaktadır. Yeni besin korkusu eğilimleri fazla olan kişilerin reddettikleri besinler genellikle; et, meyve ve sebzeleri (özellikle yeşil sebzeleri) kapsamaktadır. Bireyler reddettikleri sağlıklı besinlerin yerini genellikle yüksek enerji içerikli ve işlenmiş besinlerle doldurmaktadır. Bu durum diyet kalitesini kötü yönde etkileyip, tek tip beslenmeye yol açmakta ve enerji alımını arttırmakta dolayısıyla obezite ve diğer kronik hastalıkları tetikleyebilmektedir (Baysal, 2020).

Kuşaklar arası yapılan çalışmalarda nesilleri kronolojik bir sırayla tanımlamada tam bir birlik bulunmamaktadır. Urick ve Arslantaş (2018), kuşak aralıklarının her ülkenin kendi tarihsel olay ve gelişimlerinden etkileneceğini, kuşak sınıflandırmalarının yeryüzünün farklı ülkelerinde uygulanabilir olduğunu belirtmiştir. Bu çalışmada nesil sınıflandırması Türkiye bağlamında değerlendirilmiş ve Türkiye’de yapılan kuşaklar arası araştırmalar göz önüne alınarak en sık

kullanılan sınıflandırma şeklinin uygulanmasına karar verilmiştir. Bu sınıflandırmaya göre 1946-1964 yılları arasında doğanlar Bebek Patlaması (Baby Boomers) kuşağı, 1965-1979 yılları arasında doğanlar X kuşağı, 1980-1999 arasında doğanlar Y kuşağı ve 2000 yılından sonra doğanlar Z kuşağı olarak kabul edilmektedir (Adıgüzel ve ark., 2014; Baysal, 2016; Pekmezci, 2017).

Son dönemlerde yapılan kuşaklar arasında gerçekleştirilen araştırmalar incelendiğinde; kuşakların iş hayatları, teknoloji kullanımları, kişilik özellikleri, tüketim davranışları gibi konuları irdelediği (Adıgüzel ve ark., 2014; Ergün, 2017; Mat, 2020; Taş ve ark., 2017; Tutgun-Ünal ve Deniz, 2019) ancak yeni besin korkusu davranışı konularında sınırlı çalışma yapıldığı gözlenmiştir (Kabaran, 2011; Okumus ve ark., 2021). Bu çalışmayla literatürde sınırlı veri bulunan; farklı kuşakların yeni besin korkusu davranış ve beslenme durumunun araştırılması hedeflenmiştir.

1.2 Amaç

Bu çalışmada Bebek Patlaması, X, Y ve Z kuşaklarındaki bireylerin yeni besin korkusu ve beslenme durumlarının değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

1.3 Hipotezler

H₀: Yeni besin korkusu ve beslenme durumu kuşaklar arası farklılık göstermemektedir.

H₁: Yeni besin korkusu ve beslenme durumu kuşaklar arası farklılık göstermektedir.

Bölüm 2

GENEL BİLGİLER

2.1 Beslenme

Beslenme; bireylerin yaşamını devam ettirebilmek, büyüme ve gelişmelerini sürdürebilmek, sağlığını koruyabilmek için ihtiyacı olan enerji ve besin öğelerini içeren besinlerin tüketilmesi olarak tanımlanmaktadır (Baysal, 2016). Bireylerin yaş, cinsiyet, fiziksel aktivite, sağlık durumu gibi pek çok özelliklerine göre ihtiyaç duydukları enerji ve besin ögesi miktarı değişmektedir (Türkiye'ye Özgü Beslenme Rehberi, TÖBR, 2015).

Yeterli ve dengeli beslenme; vücudun büyümesi, gelişmesi ve yenilenmesi için ihtiyaç duyulan enerji ve besin öğelerinin her birinin yeterli miktarlarda alınması ve uygun şekilde vücut tarafından kullanılması olarak açıklanmaktadır (Baysal, 2016). Yeterli ve dengeli beslenme; sağlığın korunmasında, obezite, vitamin ve mineral eksiklikleri gibi beslenme sorunlarının azaltılmasında ve beslenmeye bağlı gelişen kronik hastalıkların önlenmesinde önemli rol oynamaktadır (WHO, 2004). Yeterli ve dengeli beslenme durumunun sağlanabilmesi için diyetle besin çeşitliliğinin olması büyük bir önem taşımaktadır ve seçici beslenme davranışları besin çeşitliliğini azaltarak sağlığı olumsuz yönde etkilemektedir (Baysal, 2016).

2.1.1 Yetişkinlerde Enerji ve Besin Öge Gereksinimleri

Besinler “besin ögesi” adı verilen yapı taşlarından oluşmaktadır. Besin öğeleri kendi arasında iki gruba ayrılmaktadır. Günlük beslenmede fazla miktarda alınan karbonhidrat, yağ ve proteinler “makro besin öğeleri”, gereksinim ve alım

miktarı daha az olan vitamin ve mineraller “mikro besin ögeleri” olarak sınıflandırılmaktadır. Makro besin ögeleri vücuda enerji sağlamakla görevli iken mikro besin ögeleri ise enerji oluşumuna yardımcı olmaktadır. (Hamilton ve Whitney, 1979).

Sağlıklı bir diyetle; protein, karbonhidrat ve yağların yüzdelerinin önerilen düzeyde olması önemlidir. Yetişkin bireylerin günlük aldıkları enerji miktarının %55-60'ını karbonhidratlardan, %10-15'ini proteinlerden ve en fazla %30'unu yağlardan karşılaması önerilmektedir (TÖBR, 2015).

2.1.1.1 Makro Besin Ögeleri

a) Proteinler: Yetişkin bir insan vücudunun yaklaşık %16'sı proteinlerden oluşmaktadır. Proteinler hücrelerin esas yapısını oluşturmakla birlikte büyüme, gelişme ve doku onarımı için en önemli besin ögeleridir. Proteinler insan vücudunun işlemlerini sağlayan ve bağışıklık sistemini destekleyen enzim ve hormonların yapı taşıdır. Yaşlı bireylerde yağsız doku kaybının hızlanması nedeniyle yeterli protein alımı daha fazla önem kazanmaktadır. Yeterli protein alımı sağlanmadığında kas kütle kaybı ve enfeksiyon riski artmaktadır (TÖBR, 2015; TÜBER, 2015; Ünsal, 2019).

b) Karbonhidratlar: Yetişkin bir insan vücudundaki toplam karbonhidrat miktarı %1'den daha azdır. Karbonhidratlar vücut için en hızlı ve temel enerji kaynağı olup acil durumlarda enerji sağlayan ve kan şekerini düzenleyen önemli besin ögeleridir. Vücuttaki su ve elektrolit dengesinin sağlanmasına yardımcı olurlar. Karbonhidratlar, içerdikleri şeker molekülü sayısına göre basit ve kompleks olmak üzere iki farklı gruba ayrılmaktadır. Kompleks karbonhidratlar, basit karbonhidratlara kıyasla kan şekerini daha yavaş yükseltmektedir (Baysal, 2016). Dünya Sağlık Örgütü'nün önerisine göre; basit karbonhidrat olan ve üretim

esnasında hazır yiyeceklere eklenen sakkarozun toplam alım miktarı, günlük alınan enerji miktarının %10'unu geçmemelidir (WHO, 2015). Şeker içeren yiyeceklerin fazla miktarda tüketimi, gerekenden fazla enerji alımına, vücut ağırlığının artmasına ve besleyici değeri yüksek olan besinlerin daha az tüketilmesine neden olmaktadır. Ayrıca fazla şeker tüketimi diyabet, kalp-damar hastalıkları, böbrek hastalıkları gibi kronik rahatsızlık riski ile ilişkili olduğundan şeker tüketiminin kontrollü olması büyük önem taşımaktadır (TÖBR, 2015; TÜBER, 2019).

c) Yağlar: Vücuda yüksek enerji sağlayan yağlar aynı zamanda vücudun düzenlenmesinde etkili olan hormonların ve kolesterolün yapımında rol oynamaktadırlar. Hücrenin yapı maddelerinden olan yağlar, yağda eriyen A, D, E, K vitaminlerinin taşıyıcısı ve kaynağıdır. Günlük toplam yağdan alınan enerjinin %10'unundan daha azının doymuş yağlardan, %12-15'inin tekli doymamış yağlardan ve %7-10'unun ise çoklu doymamış yağlardan alınması önerilmektedir. Kalp hastalıkları, diyabet ve obezite riski ile ilişkili olan trans yağların diyetle alımı günlük enerjinin %1'inden daha az olmalıdır (Çakmakçı ve Tahmas, 2012; TÜBER, 2019).

2.1.1.2 Mikro Besin Öğeleri

a) Mineraller: Yetişkin bir bireyin vücudunun ortalama %6'sı minerallerden oluşmaktadır. Mineraller vücudun çalışmasında düzenleyici olarak rol alan enzimlerin yapısında yer almakta ve bağışıklık sisteminde kullanılmaktadır. İnsan vücudunda en fazla bulunan mineral olan kalsiyum, fosforla birlikte kemik ve dişlerin ana maddesini oluşturmaktadır. Yaşlılık döneminde kemiklerde ve total kalsiyum seviyesinde düşüş yaşanmakta ve ileri yaştaki yetişkinlerde kemik kırıkları ve osteoporoz riski açısından kalsiyum büyük önem taşıyarak gereksinimi artmaktadır. Vücutta oksijenin dokulara taşınmasında görevli olan bir mineral olan

demirin eksikliğinde bireylerde anemi ve bağışıklık sistemi bozuklukları görülebilmektedir. Demir minerali; genç yaştaki kadınlarda erkeklere ve ileri yaştaki kadınlara kıyasla daha fazla gereksinim duyulan ve hayati önem taşıyan bir mineraldir. Sodyum ve potasyum mineralleri vücut sıvılarının dengesini sağlamakta görev almaktadır. Magnezyum minerali, insan vücudunda sinir sistemi ve dolaşım sistemi için büyük önem taşımaktadır. Magnezyum eksikliğinde bireylerde kardiyovasküler sorunlar ve nörolojik bozukluklar görülebilmektedir (TÖBR., 2015; TÜBER, 2019; Ünsal, 2019).

b) Vitaminler: Vitaminler sağlıklı bir yaşam için elzem ögeler olduklarından mutlaka dışarıdan alınmaları gerekmektedir. Vitaminler yağda eriyen (A, D, E ve K) ve suda çözünen (B grubu ve C) vitaminler olarak ikiye ayrılmaktadırlar. B grubu vitaminler enerji metabolizmasının düzenlenmesine ve kan yapımına yardımcı olmaktadır. C vitamini, bağışıklık sistemini desteklenmesinde önemli rol oynamaktadır. D vitamini; fosfor ve kalsiyum gibi minerallerin etkin kullanıma yardımcıdır. İleri yaştaki yetişkinler için kemik sağlığının korunması ve osteoporoz riskinin önlenmesi açısından D vitamini alımı fazla önem taşımaktadır. Antioksidan olan A,C ve E vitaminleri vücuttaki toksik maddeleri uzaklaştırmakta ve hücre hasarını önlemekte rol oynamaktadır (TÖBR, 2015; TÜBER, 2019).

2.2 Besinlerin Seçilmesi ve Reddedilmesi

Besin seçimi, mevcut olan farklı besin seçenekleri arasından bazı yiyeceklerin tercih edilmesi anlamına gelmektedir. Yapılan besin seçimleri hangi besinlerin vücuda alınacağını belirlediğinden bireylerin sağlık durumlarını da etkilemektedir (Kabaran, 2011). Bireylerin besin seçimleri, açlık durumu, fizyolojik ve genetik özellikler, psikolojik gereksinimler, lezzet algısı ve beslenme ile ilgili edinilen deneyim ve bilgiler gibi pek çok farklı bireysel faktör tarafından etkilenmektedir

(Garcia ve ark., 2009; Tosyalı, 2019). Bireysel etkenler dışında bireylerin besin seçimlerine, aile ve arkadaşlar gibi örnek oluşturan yakın çevre, kültürel değerler, medya etkisi, besin fiyatları ve ulaşılabilirliği gibi çevresel ve sosyokültürel etkenler de etki etmektedir (Neumark-Sztainer ve ark., 1999).

Besinlerin reddedilmesinde ise en önemli etken bilişsel faktörlerdir. Bilişsel faktörler; besinlerin karakterizasyonu, yarattığı algı ve duyuşsal özellikleridir. Bireyler tarafından besinlerin karakterizasyonu ve besin olan, olmayan maddelerin ayırt edilmesi 2-3 yaşlarında başlamaktadır. Buna bağılı olarak besin reddinin de 2-3 yaşlarından itibaren başladığı görülmektedir. Besinlerin görsel ve lezzet algısı besin reddinde en önemli rolü üstlenmektedir. Bu iki algının oluşmasında ise besinin renk, doku, kıvam, koku ve şekli gibi duyuşsal özellikleri rol oynamaktadır (Lafraire ve ark., 2016). Besin reddindeki temel duygu, bireylerin besinlerin duyuşsal özelliklerini beğenmemesi sonucu oluşan “tiksinme” tepkisidir. Bu tepki erken çocuklukta başlayıp yetişkinlikte de devam etmektedir. Besinlerden tiksinme evrensel bir tepki olsa da bu tepkiyi ortaya çıkaran faktörler, bireyler ve kültürler arasında farklılık gösterebilmektedir. Bu farklılıkların sebebi bireylerin tıpkı besin seçiminde olduğu gibi besinleri reddetmesinde de sosyal, çevresel ve biyolojik etkenlerin rol oynamasıdır (La Barbera ve ark., 2018).

Bireyler, genetik olarak doğuştan sahip olduğu özelliklerle birlikte bebeklikte anne sütü alma ve bırakma süreleri, erken çocuklukta ek besine geçişte uygulanan beslenme modeli ve ilerleyen süreçlerde aile, arkadaş ve yakın çevrenin beslenme davranışları, sahip olunan kültürel değerler ve ekonomik, sosyal olanakların bileşimine göre besinleri seçme veya reddetme eğilimi göstermektedirler. (Mennella ve ark.,2001; La Barbera ve ark., 2018; Neumark-Sztainer ve ark., 1999).

2.3 Yeni Besin Korkusu (Food Neophobia)

Neofobi kelimesi Yunancada, "yeni," anlamına gelen "neos" ve "korku" anlamına gelen "phobos" kelimelerinin birleşiminden oluşmaktadır. Neofobi; yeni olan herhangi bir şeye duyulan anormal ve özellikle sürekli olan korku olarak tanımlanmaktadır. Başka bir deyişle neofobi, yeni şeyler deneme veya rutin olandan kopma isteksizliği ve korkusu olarak da tanımlanabilir (Shim ve ark., 2011).

Ekolojik bir perspektiften bakıldığında ise "neofobi" 3 farklı kategoriye ayrılmaktadır. Bunlar; besin(tat) neofobisi, sosyal neofobi ve hayvanlarda görülen yırtıcı neofobisidir. Üzerinde en fazla araştırma yapılmış olan neofobi türü; canlıların lezzetli olsa bile yeni yiyecekleri tüketmeye karşı isteksizlik gösterdiği yeni besin korkusudur (Crane ve Ferrari, 2017).

Yeni besin korkusu, yeni ve farklı besinleri denemekten kaçınma ve bu besinleri tüketmekten çekinme eğilimi olarak tanımlanmaktadır (Pliner ve Hobden, 1992). Fischler neofobiyi, bireylerin daha önce tatmadıkları besinlere karşı duydukları şüpheli ve çekingen korku durumu" olarak tanımlarken neofiliyi ise bireylerin yeni ve farklı besinleri arayışları ve tatma istekleri olarak tanımlamaktadır (Fischler, 1988).

Canlılar hayatlarını devam ettirmek, büyümek ve üremek için zamanla anne sütü dışındaki besinlere yönelip onları tüketmeye istekli olmaktadır. Ancak bir yandan da yeni ve bilinmeyen besinlerin toksik ve zararlı olabileceği, ölüme sebep olabileceği, üremeyi engelleyebileceği gibi düşünceler canlıları farklı ve yeni besin çeşitlerinden çekinmeye itebilmektedir. Bu nedenle canlılar daha önce tüketip deneyimledikleri besinleri tüketmeyi tercih ederler (Rioux ve ark., 2016). Yeni besin deneme korkusu insanlar dışında omnivor birçok hayvanda da bir savunma mekanizması olarak sıklıkla görülebilmektedir (Cheney ve Miller, 1997). Bu

savunma mekanizmasından kaynaklanan korku, canlıların besleyici değerlere sahip olan yeni besinleri tüketip, güvenilir olduğunu anladıktan sonra azalmaktadır (Uçar, 2018).

Bireylerin yeni besinleri reddetmesine sebep olan üç temel neden bulunmaktadır. Bunların ilki hoşlanmama; besinin duyuşal özelliklerini (renk, koku, görünüm vb.) beğenmeme, ikincisi tehlike; besini tüketmenin yaratabileceği olumsuz sonuçlardan korkma, üçüncüsü tikslenme; besinin kaynağı veya niteliğinden dolayı ondan iğrenmektir (Rozin ve Fallon, 1983). “Besinlerden hoşlanmama” tepkisinin şiddeti kişiden kişiye değişebilmekle birlikte, tikslenme tepkisinin bulaşıcı olduğu, kişinin gördüğu veya dokunduğu bir şeye verdiği tepki sonucunda çevresinde bulunan diğer bireyleri de etkileyebilmektedir (Rozin ve Fallon, 1987). Biyolojik teorilerin tamamında “tiksinme” tepkisinin, bedenin kendini korumak üzere gösterdiği içgüdüsel bir tepki olduğu belirtilmektedir. Kişiyi hangi besine karşı uyaracaksa o besini yutmayı, koklamayı veya koklamak istememeyi sağlamaktadır. Biyolojik teoriye göre bir bireyin verdiği tikslenme tepkisi çevresindeki diğer kişiler için de koruyucu ve uyarıcı niteliktedir. Yetişkinlerin verdiği bu tepkilere benzer olarak; bebeklerin de yemek yerken yüzünü çevirmesi ya da yiyecekleri ağzından çıkarması tiksinti refleksiyle ilişkili olup, ebeveynine beslenmeyi durdurması için verdiği bir tepkidir. Bebekler ve yetişkin insanlardaki bu benzerlik, bu durumun içgüdüsel olduğunun bir göstergesidir (Miller, 2004).

Rozin’e göre insanlar yeni yiyeceklere yaklaşmaya eğilimli olmakla birlikte aynı anda güvenlik veya besin değeri konusunda ihtiyatlı olabilmekte ve bu da yeni besin korkusu durumuyla sonuçlanabilmektedir. İnsanların yiyeceklere karşı hissettiği doğal güvensizlik nedeniyle alışılmadık besinlerden kaçınması ile aynı zamanda beslenmelerinde yenilik ve çeşitlilik araması arasında yaşanan ikilem Rozin

tarafından "omnivor paradoksu" veya daha popüler adıyla "omnivor ikilemi" olarak ifade edilmektedir. Bu ikilemle beraber canlıların hangi besinlere, hangi zaman diliminde çekinme davranışında bulunacağını pek çok faktör etkilemektedir (Rozin, 1978).

Bireylerin yeni besinlerden kaçınması ve isteksizlik hali bazı durumlarda bir kişilik özelliği olarak da tanımlanmaktadır ve yeni besin korkusu belli faktörlerin sonucunda görülebilecek bir davranış olabileceği gibi kişiye özel tercihlerden kaynaklanan bir kişisel özellik olarak da görülebilmektedir. Ayrıca yeni besin korkusu yalnızca belli bir zaman diliminde görülebileceği gibi kalıcı bir davranış da olabilmektedir (Rozin ve Fallon, 1983).

Yeni besin korkusu, bireylerin yalnızca daha önce tatmadıkları veya tanımadıkları besinleri tüketmeyi reddetmesi anlamına gelirken, “seçici yeme davranışı (picky eating)” ise daha önce denenmiş veya denenmemiş olması fark etmeksizin besinlerin reddedilmesi anlamına gelmektedir. Yeni besin korkusunun etkisi; bireyler besini deneyip, yeterince tanıdıktan sonra bitmektedir. Tadı bilinen ve deneyimlenen besinlerin reddedilmeye devam edilmesi “seçici yeme (picky/fussy eating)” olarak değerlendirilmelidir (Dovey ve ark., 2008).

2.3.1 Yeni Besin Korkusunu Etkileyen Faktörler

Hayvanlar ve insanlar ile yeni besin korkusu hakkında yapılan araştırmalar sonucunda yeni besin korkusu üzerinde pek çok faktörün etkili olduğu bildirilmiştir. Bireylerin sosyo-demografik, kişisel ve kalıtsal özellikleri, kültürel geçmiş ve çevreleri, duygusal durumları, besinlere olan aşinalıkları ve besinlerin türü, miktarı, görüntüsü ve bulunabilirliği gibi faktörler yeni besin korkusu seviyelerini etkileyebilmektedir.

2.3.1.1 Kalıtım ve Sosyal Çevre

Yeni besin korkusunun gelişiminde bireylerin genetikleri ve sosyal çevreleri önemli rol oynayabilmektedir. Hem aile bireyleri hem de ikizler üzerinde yapılan çalışmalarla yeni besin korkusu üzerinde kalıtsal özelliklerin ve çevrenin etkili olduğu belirlenmiştir. Tek yumurta ve çift yumurta ikizleriyle yapılan çalışmalarda çift yumurta ikizlerine kıyasla tek yumurta ikizlerinin arasındaki yeni besin korkusu ilişkisinin daha fazla olduğu saptanırken, yeni besin korkusunun %78'inin kalıtım, %22'sinin ise çevresel faktörler ile ilişkili olabileceği belirlenmiştir (Cooke ve ark., 2007).

Bir bireyin ilk sosyal iletişimi birincil bakıcı olan annesi ile gerçekleşmektedir. Ebeveynlerindeki yeni besin korkusu durumu bireyleri doğrudan etkilemektedir. Yapılan araştırmalara göre çocukların beslenme alışkanlıklarının ve yeni, alışılmadık besinlere karşı korkularının ebeveynleri ile büyük ölçüde benzerlik gösterdiği saptanmıştır. Neofobik ebeveynlere sahip bireylerin neofobik olma olasılıkları yüksektir. Ebeveynlerdeki yeni besin korkusunun ise sosyoekonomik durum, eğitim düzeyi, çocuklukta yeni besin korkusu ve yeme davranışları ile ilişkili olduğu gözlenmektedir (Dovey ve ark., 2008; Pliner ve Hobden, 1992; Finistrella ve ark., 2012; Galloway ve ark., 2003).

Yeni besin korkusu üzerindeki çevresel etkiler, bireyin hayatının çok erken dönemlerinden itibaren görülebilmektedir. Emziren annenin tükettiği besinler anne sütünün tadına yansımakta, bu nedenle anne sütüyle beslenen çocukların annelerinin tükettiği yiyeceklerin tatlarına aşına oldukları tahmin edilmektedir. Bu durum birlikte ele alındığında; yaşamın en erken döneminden itibaren bireylerin yiyecek korkusu durumlarının, ebeveynlerinin diyetleri ve beslenme alışkanlıklarından etkilenebildiği görülmektedir (Dovey ve ark., 2008).

Ebeveynlerin etkisinin neofobik davranışların başlangıcına olan etkisi reddedilemez bir gerçektir. Ancak bu etki çocukluk dönemiyle sınırlı gibi görünse de bireylerin yeni besin korkusu seviyelerinin büyüklüğünü ve seviyesini belirleme gibi bir özelliğe de sahiptir. Bunun yanı sıra çocukların yeni yiyecekleri kabul etmesi için yiyecekleri daha fazla deneyimlemeye ihtiyaç duydukları bilindiğinden, yetişkinlere kıyasla yeni bir besini kabul etmeleri daha uzun bir zaman ve enerji gerektirebilmektedir (Dovey ve ark., 2008).

Sosyal çevrenin etkisi üzerine yapılan çalışmalar sonucunda sosyal etkinin besinlerin kabul edilmesi ve beğenilmesi üzerinde çok büyük rol oynadığı tespit edilmiştir. Özellikle genç yaştaki bireyler arkadaşlarının yiyecek tercihleri, yemeği ebeveynin hazırlaması gibi çevresel ve sosyal etkenlerden etkilenmektedirler (Pliner ve Salvy, 2006). Tüm bunlar sosyal çevrenin besin tercihlerini ve yeni besin korkusu seviyesini etkileyebileceğini göstermektedir.

2.3.1.2 Sosyodemografik Özellikler

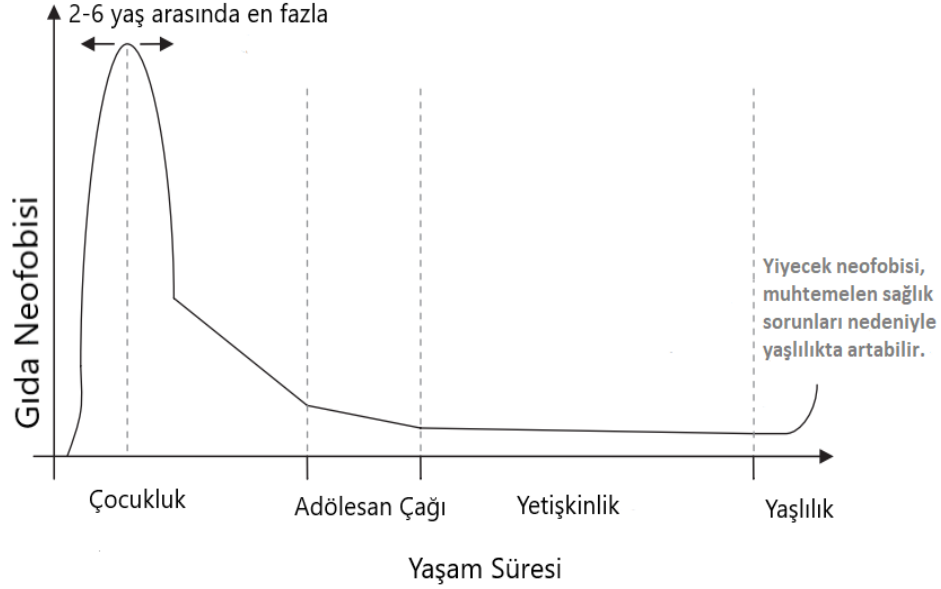
A)Yaş: Yaşamın ilk dönemleri ve yaşlılık dönemi gibi istisnalar dışında yeni besin korkusunun ilerleyen yaşla birlikte azaldığı görülmektedir. Ancak yeni doğan bebeklerde yeni besin korkusunun minimal düzeyde olduğu saptanmıştır (Pliner ve Salvy, 2006).

Harper ve Sanders'ın yaptıkları çalışmada 1,5 yaşındaki bebeklerin, 3,5 yaşındaki çocuklara kıyasla yeni bir yiyeceği kabul etme olasılıklarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Harper ve Sanders, 1975). Cashdan, insanların hangi yiyeceklerin yenilebilir olduğunu henüz bilmedikleri dönemde yeni besin korkusunun en düşük seviyede olması gerektiği hipoteziyle yola çıkıp; 24 aydan küçük çocuklarda yeni besin korkusunun minimum seviyede olması gerektiğini öngörmüştür. Ardından bu hipotezini doğrulayarak, 1-10 yaş arası çocukların ve

ebeveynlerinin katıldığı retrospektif bir araştırmasında, çocukların yeni besinleri en çok 2 yaşında kabul ettiklerini, yeni besin korkusunun 2 ila 4 yaş arasında keskin bir şekilde arttığını ve en yüksek noktaya ulaştığını ve 4-10 yaş arasında ise artan yaşla birlikte yeni besin korkusunun düştüğünü tespit etmiştir (Cashdan, 1994).

Yeni besin korkusunun, süttten kesilme döneminin ardından çocuklarda keskin bir şekilde arttığı ve 2-6 yaşları arasında maksimum seviyeye ulaştığı bildirilmektedir. Yeni besin korkusunun çocukluk, ergenlik ve genç yetişkinlik döneminde yaş ilerledikçe azalmaya devam etmesi beklenen bir durumdur. Yeni besin korkusu davranışının azalma derecesi; çocukluğa kıyasla ergenlik ve yetişkinlik döneminde daha az belirgindir. Bireylerin yaşı ilerledikçe besin maddeleriyle ilgili deneyimleri artmakta ve daha fazla besinle aşına olmaktadır, bu nedenle çocukluklarına kıyasla yetişkinlikte daha az neofobik olmaları beklenmektedir (Dovey ve ark., 2008).

Yetişkin ve yaşlı kişilerle yapılan çalışmalarda yeni besin korkusu durumunun yaşlılarda daha yüksek oranda görüldüğü saptanmıştır (Olabi ve ark., 2009; Doma ve ark., 2018; Van den Heuvel ve ark., 2019). Bu durum neofobik davranışın bireylerin yaşlılık nedeniyle oluşabilecek sağlık sorunları ve zehirlenmelerden korkması ve yeni besinlerden kaçınmanın onları koruyabileceğini düşünmesiyle açıklanmaktadır. Yaşlandıkça azalan duyuşsal yeteneğin, koku ve tat kayıplarının da bireylerde güvensizliğe neden olup, kişileri yeni besinleri deneme konusunda çekingen olmaya ittiği düşünülmektedir (Doma ve ark., 2018). Bu faktörlerin yanı sıra yüksek yaş, yalnız yaşama ve düşük eğitim seviyesi gibi etkenlerin de yaşlı bireylerin yeni besin korkusu riskini arttırdığı düşünülmektedir (Van den Heuvel ve ark., 2019).



Şekil 2.1: Yeni besin korkusu durumunun yaşa göre dağılımı (Dovey ve ark., 2008).

B) Cinsiyet: Tat ve besin tercihleri, yiyecek isteksizlikleri ile ilgili değişkenler üzerinde erkekler ve kadınlar arasında farklılıklar olmasına rağmen yeni besin korkusu ve cinsiyet arasında net bir ilişki bulunmamaktadır (Pliner ve Salvy, 2006; Pliner ve Hobden, 1992).

C) Kentleşme: Bireylerin buldukları coğrafi çevrenin besin seçimleri ve yeni besin korkusu ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Yapılan çalışmaların sonucunda kentsel bölgelerde yaşamını sürdüren bireylere kıyasla kırsal bölgelerde yaşayanların daha neofobik oldukları belirlenmiştir. Bu durumun kentsel alanlarda artan kültürel farklılık derecesiyle ve kırsal alanların daha izole oluşuyla ilgili olduğu düşünülmektedir (Dovey ve ark., 2008; Tuorila ve ark., 2001).

D) Eğitim düzeyi: Yüksek eğitim düzeyi, farklı kültürlerle ilgili bilgilere sahip olmak yeni besin korkusuna katkıda bulunurken, düşük eğitim düzeyi; bireylerin bilmedikleri yiyeceklere daha az ilgi duymasına neden olarak yeni besin korkusu riskini arttırmaktadır. Kişisel deneyimler, bilgi birikimleri ve çeşitli

kültürlere maruz kalma gibi faktörler de bireylerin yeni besinleri denemeye olan ilgilerini etkilemektedir. Yapılan çalışmalar eğitim düzeyinin artışıyla yeni besin korkusu riskinin azaldığını ortaya koymaktadır (Kaplan, 2018; Tuorila ve ark., 2001; Meiselman ve ark., 2010; Siegrist ve ark., 2013).

E) Gelir düzeyi: Bireylerin daha yüksek sosyo-ekonomik seviyelere sahip olmaları ve daha iyi kalitede ve geniş çeşitlilikteki besinlere erişebilir olmaları besin neofilisini tetikleyerek yeni besin korkusu riskini düşürmektedir. Yüksek gelir düzeyi yiyecekler için daha fazla bütçeye sahip olmak anlamına gelmektedir. Yapılan pek çok çalışmada gelir düzeyi arttıkça yeni besin korkusunun azaldığı sonucuna ulaşılmıştır (Olabi ve ark., 2009; Meiselman ve ark., 2010; Choe ve Cho, 2011; Siegrist ve ark., 2013; Bolat, 2021).

2.3.1.3 Kişilik Özellikleri

Bireylerin besin seçimlerini etkileyen pek çok faktörden biri de kişilik özellikleridir. Beş faktör kişilik kuramında bireylerin düşünce, davranış ve duygularını belirleyen beş temel özellik olduğu belirtilmiştir. Bu temel özellikler; deneyime açık olmak, uyumlu olmak, dışa dönük olmak, sorumlu olmak ve duygusal dengesizliktir. Deneyime açıklık ve dışa dönüklük gibi kişilik özelliklerinin yeni besin korkusuyla negatif yönlü ilişkisi olduğu düşünülmektedir (Baysal, 2020). Bu kişilik özellikleri dışında; sürekli kaygı hali, sansasyon arayışı ve nevrozizm yeni besin korkusu ile pozitif yönlü ilişkilendirilmektedir (Dovey ve ark., 2008).

2.3.1.4 Duyusal Duyarlılık ve Memnuniyet

Bireyler ilk aşamada yeni tanıştıkları besinleri önce görsel olarak değerlendirmekte ve daha sonra tatlarına bakıp ilerleyen süreçlerde yeniden tüketip tüketmeyeceklerine karar vermektedirler. Tükettikten sonra bireylerin herhangi bir gastrointestinal sistem rahatsızlığı yaşamaması bireylere besinin güvenilir olduğunu

hisettirmektedir. Bütün bu değerlendirme aşamalarının ardından bireylerin bu besinlerin yenilebilir ve zararsız olduğuna karar vermeleri yeni besin korkularını azaltmaktadır (Fischler, 1988).

Obez ve sağlıklı kilodaki yetişkinlerle yapılan, tat algısı belirteçleri olan 6-n-propiltiyourasil yanıtı ve fungiform papilla sayısının yeni besin korkusuyla etkileşimini araştıran bir çalışmada tat duyarlılığı seviyesinin her iki grupta da yeni besin korkusuyla ilişkili olduğu saptanmıştır. Daha az tat duyarlılığına sahip olan bireylerin daha yüksek neofobik davranış gösterdiği saptanmıştır (Proserpio ve ark., 2018).

Yetişkin bireylerle yapılan yeni besin korkusu ve koku alma kabiliyeti ilişkisinin araştırıldığı bir çalışmada bireylerin 36 yaygın kokuyu doğru bir şekilde tanımlayabilme becerileri test edilmiş ve neofobik olmayan bireylerin neofobik bireylere kıyasla daha yüksek koku alma kabiliyetine sahip oldukları saptanmıştır. Tüm bu sonuçlar yeni besin korkusunda duyuşal duyarlılığın etkili olabileceğini göstermektedir (Demattè ve ark., 2013).

2.3.1.5 Durumsal Faktörler

Bireylerin yeni besin korkusu seviyesine sosyodemografik ve kalıtımsal faktörler kadar; besinler hakkındaki bilgi seviyeleri, yiyecek çeşidi, yiyecek miktarı, uyarılma gibi durumsal faktörler de etki etmektedir (Kaplan, 2018).

a) Bilgi; Tüm hayvanların ve bebeklerin besin tercihleri ve lezzet algıları, içlerinden gelen doğuştan dürtülere ve önceki deneyimlerine bağlıdır. Yetişkin insanlarda ise doğuştan gelen dürtüler, besin tercihini etkileyen faktörlerin çok küçük bir kısmını oluşturmaktadır. Kültürel kurallar ve besinlerin yararlılıkları hakkındaki farklı görüşler, yetişkinlikte yeni besinlerden kaçınmaya neden olabilmektedir. Farklı ve güçlü kültürel, dini ve sosyal etkenler bireylerin daha önce hiç tatmadıkları

besinleri “yenilmez” olarak sınıflandırmalarına neden olmaktadır (Rozin ve Fallon, 1983).

Kişilerin lezzet ve yararlılık konusunda doğrudan bilgiye sahip olmaları; besinlerle ilgili kendi tecrübelerine dayanmaktadır ve kişilerin yeni besinle sürekli karşılaşmaları kişilerde o besinin güvenli olduğu imajını yaratarak öğrenilmiş bir emniyet durumuna sebep olmaktadır. Tehlikeden kaçınmak dışında kişiler aşına olmadıkları besinlerin lezzetsiz olacağını da düşünmektedirler. Bu sebeple lezzetli yeni besinlerle tanışmak, onları tatmak ve varlıklarını öğrenmek bireylerin tüm yeni besinlere karşı bir genelleme yapmasının ve önyargıda bulunmasının önüne geçmektedir. Yeni besinlerle ilgili olumlu deneyim ve bilgilere sahip olmak yeni besin korkusu seviyesini azaltmaktadır (Pliner ve Salvy, 2006). Örneğin yapılan bir çalışmada, bir okul kafeteryasında yeni bir yiyeceğin tanıtımında “deneyen 10 kişiden 9’u tadını harika buldu” şeklinde bir tanımlama cümlesi kullanılmasının, besinin herhangi bir tanımlama yapılmadan tanıtılmasına kıyasla çok büyük bir fark gösterdiği tespit edilmiştir (Rigal ve ark., 2006).

Yeni tanışılan bir besinden fayda beklemek veya bir besinin yararlı sonuçlar doğuracak bir besin olarak tanıtılması o anki duruma göre farklı etkiler göstermektedir. Yapılan bir araştırmada; bir besinin “iyi bir demir kaynağı” olduğu şeklinde bilgi verilerek tanıtılması o besinin tüketiminde anlamlı derecede bir artış sağlamamıştır. Bu durum herhangi bir besinin faydalı olduğu bilgisinin yalnızca o fayda bireyler için önemli ise anlamlı bir deneme artışına neden olabileceğini ortaya koymuştur (Pelchat ve Pliner, 1995).

b) Besinin türü: Bireylerin aşına olmadıkları bitkisel kaynaklı besinlere kıyasla aşına olmadıkları hayvansal kaynaklı besinleri reddetme seviyelerinin daha yüksektir (Kaplan, 2018). Yeni besin korkusu; belirli bir kültüre sahip bireylerde

diğer kùltùrlerin aşına olmadıkları etnik besinlerine karşı görùlebilmektedir. Etnik besinleri tüketmeye karşı isteksizlik ile tüm yeni besinleri tüketmeye karşı isteksizlik arasında anlamlı bir korelasyon bulunmaktadır (McFarlane ve Pliner, 1997).

Son yıllarda; organik, genetiği değiştirilmiş ve etnik pek çok yeni besin türü üretilmeye başlanmıştır. Tüketiciler için çok farklı yiyecek çeşitliliği bulunmaktadır. Buna rağmen birçok yeni besin türü tüketicilerce reddedilebilmektedir. Neofilik kişilerin yeni besin korkusu eğilimlerinin artmasına ve yiyeceklerden çekinecek hale gelmelerine, bu kişilerin besinlerle ilgili kötü deneyimleri neden olmaktadır ve kişilerin koşullandıkları tatları genellemeleri sonucunda tüm yeni besinlere karşı nefrete yakın bir potansiyel tepki görùlebilmektedir (Kaplan, 2018).

Yeni besin korkusu hakkında yapılmış araştırmalar genellikle etnik besinler üzerinde durmaktadır. Bu konuda yapılan araştırmalarda bir besine aşına olma halinin kùltürel bilgi ve birikimlerle değil bireysel deneyimler sayesinde olduğu belirlenmiştir. Bireylerin buldukları kùltürde aşına olunan bir besin, kendisi karşılaşıp deneyimlemediği sürece birey için yabancı bir besin olarak kalmaktadır (Tuorila ve ark., 2001). İnsanların etnik besinlere karşı geliştirdikleri yeni besin korkusu seviyesinin yaş ilerledikçe azaldığı bilinmektedir (Kabaran, 2011).

c) Besin miktarı: Kişilerin herhangi bir besinle ilk karşılaştıkları ve tükettikleri andaki besin miktarı ile yeni besin korkusu seviyeleri arasında bir ilişki vardır. Kişilerin yeni besinlere alışabilmesi için yeni besinlerin daha öncesinde tüketip beğenilen ve aşına olunan besinlerin yanında az miktarlarda tüketmeye başlamasının yeni besin korkusu seviyesini azaltmaya yardımcı olabilmektedir. Bu yöntemle birlikte özellikle çocuk ve adölesan yaştaki bireylerin yeni besinlere alışması sağlanabilmektedir (Stallberg-White ve Pliner, 1999).

d) Uyarıcı etkiler: Korku ve açlık gibi uyarıcı dış etkilerin yeni besin korkusunu çok farklı şekillerde etkileyebilmektedir. Yüksek açlık halinin yeni besinleri deneme isteğini yani neofili seviyesini arttırabilmektedir (Pliner ve Salvy, 2006). Buna karşılık yapılan bir çalışmada yeni besinleri tatmaya olan isteğin, yüksek açlık ve korku gibi dış etkenlerden olumsuz yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Korku ve açlığın en yüksek seviyede olduğu durumlarda katılımcıların aşına olmadıkları besinleri tatma konusunda en yüksek isteksizlik seviyesine ulaştıkları yani yeni besin korkusu seviyelerinin arttığı gözlemlenmiştir (Pliner ve ark., 1995).

2.3.2 Yeni Besin Korkusunun Diyet Kalitesi ve Beden Kütle İndeksine Etkileri

Yeni besin korkusu ile birlikte diyetle besin çeşitliliği azalmakta ve dengesiz beslenme tabloları ortaya çıkabilmektedir (Baysal, 2020). Yeni besin korkusu eğilimleri fazla olan kişilerin reddettikleri yiyecekler genellikle; balık, meyve ve özellikle yeşil sebzeleri kapsamaktadır. Yapılan bazı çalışmalara göre bireyler reddettikleri bu sağlıklı ve önemli besinlerin yerini ise yüksek enerji içerikli ve işlenmiş besinlerle doldurabilmektedir (Russel ve Worsley, 2008, Maiz ve Balluerka, 2016; Siegrist ve ark., 2013). Bu besin tercihleri diyet kalitesini kötü yönde etkileyip, enerji alımını arttırabilmekte ve obeziteyi tetikleyebilmektedir (Sarin ve ark., 2019)

Yapılan bazı çalışmalar, daha yüksek yeni besin korkusu seviyesinin düşük diyet kalitesi ile ilişkili olduğunu bulmuştur (Knaapila ve ark., 2015; Sarin ve ark., 2019, Predieri ve ark., 2020).

Yeni besin korkusu kaynaklı enerji alımındaki artışın yoğunlaşarak obeziteye öncü olabileceği düşünülmektedir. Yapılan bazı çalışmalar normal ağırlıktaki bireylere kıyasla obez bireylerin yeni besin korkusu oranının daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur (Finistrella ve ark., 2012; Proserpio ve ark., 2018) Yetişkin

katılımcılarla yapılan bir başka araştırmada ise neofobik bireylerin neofilik bireylerle kıyaslandığında beden kütle indekslerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Knaapila ve ark., 2007). Bunun aksine bazı çalışmalarda ise artan yeni besin korkusu ile birlikte bireylerin vücut ağırlığı azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu ilişkinin temel nedeninin; ‘yeni besin korkusu seviyesi arttıkça diyetteki besin çeşitliliği ve miktarının azalması’ olduğu dūřünölmektedir (Maiz ve Balluerka, 2016; Laureati ve ark., 2015).

2.3.3 Yeni Besin Korkusunun Ölçümü

Yeni besin korkusunun tespit edilebilmesi için çeşitli yöntemler bulunmaktadır. Belirli durumlarda sergilenen neofobik davranış ile kalıcı yeni besin korkusunun ayırımını yapmak önemlidir. Yeni besin korkusu davranışının değerlendirilmesinde yeni ve önceden aşına olunan bazı besinlerle, bireyler karşı karşıya getirilmektedir. Bireylerden, karşılaştıkları her bir besin için sonrasında tekrar tatmaya istekli olma dereceleri ve besinlerin tatlarından hoşlanma derecelerini belirtmeleri istenmektedir. Yeni besin korkusu, yeni yiyecekleri tatma konusundaki ortalama istekliliğin, genellikle tanıdık yiyecekleri tatmaya yönelik ortalama istekliliğe bölünmesiyle tanımlanmaktadır (Pliner ve Salvy, 2006).

Yeni besin korkusunun tespit edilebilmesi için çeşitli türde ölçekler geliştirilmiştir. Bu ölçeklerden en sık kullanılanı Pliner ve Hobden (1992)’ın geliştirmiş olduğu on maddeden oluşan ve likert tipi bir ölçek olan Yeni Besin Korkusu Ölçeği (Food Neophobia Scale)’dir. Bu ölçekten elde edilen yüksek puanlar neofobiyi (yeni besinlerden korkma) , düşük puanlar ise neofiliyi (yeni besinlerden hoşlanma) işaret etmektedir. Bu ölçeğinin Türkçe formu (T-FNS) Uçar ve ark. (2020) tarafından oluşturulup, geçerlik ve güvenirlilik çalışması yapılmıştır.

Yeni besin korkusunun belirlenmesinde kullanılan bir diğer ölçek olan "Besin Tutumları Ölçeği (Food Attitudes Scale)" Frank ve van Der Klaauw (1994) tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçekte bireylerden bazı besinler hakkında "çok seviyorum", "hoşlanmıyorum", "karasızım", "denemedim ama fırsatım olsa denerdim", "denemedim ve denemeyi düşünmüyorum" seçeneklerinden birini seçmesi istenmektedir. Ölçek sonucunda bireylerin "denemedim ve denemeyi düşünmüyorum" dediği besinlerin sayısı, yeni besin korkusu düzeyinin bir saptayıcısı olarak kabul edilmektedir. Bu ölçeğin Raudenbush ve ark. (1995) tarafından geliştirilen versiyonunda, katılımcılara listelenen besinleri deneyip denemedikleri sorulmakta ve ardından "denenmemiş" olan besinleri tatma istekleri derecelendirilmektedir. Ölçek sonucunda bireylerin ortalama isteklilik derecesi, yeni besin korkusunun bir ölçütü olarak değerlendirilmektedir.

2.3.4 Yeni Besin Korkusunun Tedavisi

Yeni besin korkusu, besin çeşitliliğinin azalmasına neden olabilmekle birlikte, aşırı durumlarda sağlığı tehlikeye atabileceğinden bu davranışları azaltmak ve diyetteki besin çeşitliliğini arttırmak için farklı yollar denenmiştir. Bireylere yeni tanıştıkları, aşına olmadıkları besin hakkında yeterli bilginin verilmesi, aşına olmadığı besin ile tekrar tekrar karşılaşması, yeni besinin alışık olunan ve sevilen başka bir besine benzetilmesi gibi müdahaleler neofobik davranışların azaltılmasında yarar sağlamaktadır. Yeni besin korkusunu azaltmak için müdahale edilmeden önce bireylerin durumsal farklılıkları göz ardı edilmemelidir (Pliner ve Salvy, 2006).

Yeni besin korkusunun tedavisi için yapılan müdahaleler; gevşeme eğitimleri, sistematik duyarsızlaştırma, korkulan besinleri bilişsel olarak yeniden yapılandırma, tanıtmaya ve modelleme, beslenme danışmanlığı sağlanması, korkulan yiyeceklere gözlem altındayken maruz bırakma ve eğitimler dâhil olmak üzere anksiyete ve

kaygı ile ilişkili psikolojik rahatsızlıklarda kullanılan pek çok tekniğin kombinasyonlarını içermektedir. Bu tedavilerin amacı bireylere uygun ve doğru yeme davranışları kazandırmak, tat, koku veya doku hakkındaki olumsuz beklentilere meydan okumayı sağlamak ve kişileri aşamalı bir şekilde yeni besinlere maruz bırakarak alıştırmaktır. Yeni bir besine maruz bırakılmak o besinin kabul edilebilirliğini arttırabilmektedir. Bu nedenle kişilere yeni besinlerle karşılaşma imkânı verilmesi (örneğin; alışverişte ücretsiz bir yeni besin numunesi verilmesi, besin içeriği hakkında bilgi verilmesi) kişideki yeni besin korkusu davranışını azaltabilmektedir. Ayrıca yeni bir besinin kabul edilmesini sağlayacak bir başka yöntem ise yeni besinin benzer, sevilen ve tercih edilen bir başka besine benzetilmesi ya da benzerlik kazandırılmasıdır. Bu tedavilerin ve maruz kalmaların yalnızca klinik ortamlarla sınırlı kalmaması aynı zamanda restoran gibi farklı dış ortamlarda da uygulanması tedaviye yardımcı olabilmektedir (Kabaran, 2011; Kaplan, 2018; Pliner ve Salvy, 2006; Tuorila ve ark., 1994).

2.4 Kuşak Kavramı

Kuşak kavramı; “yaklaşık olarak aynı yıllarda dünyaya gelmiş, yaşadıkları çağın şartlarından, kültürel, ekonomik ve sosyal olaylarından etkilenmiş ve pek çok ortak özelliğe sahip olan kişiler topluluğu” olarak açıklanmaktadır (Altıntuğ, 2012). Kuşak kavramı genel olarak yirmi-yirmi beş yıllık yaş kümelerini oluşturan bireyler topluluğu olarak da ifade edilmektedir (Adıgüzel ve ark., 2014). Tüm kuşaklar, içerisinde yaşadığı toplumdan etkilendiği kadar düşünce ve eylemleriyle yaşadığı toplumu da etkileyerek pek çok değişime neden olmaktadır (Altıntuğ, 2012). Bazı değerler bireylerce dönüştürülüp muhafaza edilirken, bazıları ise unutulup yok olmaktadır. Bu sayede kuşaklar arasında bir yandan aktarımlar sayesinde pek çok

benzerlik bulunurken, bir yandan da kopukluklarla birlikte pek çok farklılık da gözlenmektedir (Aydın, 2018).

Tarihte kuşak kavramıyla ilgili yapılan ilk çalışmalar sosyoloji biliminin kurucusu olarak da bilinen Auguste Comte tarafından yürütülmüştür. Comte, kuşak değişimlerinin tarihsel zaman akışı arasındaki bir hareket olduğunu ve sosyal ilerlemenin ancak bir kuşağın bilgi ve birikimlerini kendinden sonraki kuşağa aktarmasıyla mümkün olabileceğini belirtmiştir (Comte, 1974).

Kuşaklara dair çalışmalar uzun yıllardır yürütülse de kuşakların sınıflandırılmasında ve yaş aralıklarında pek çok farklı görüş bulunmaktadır (Chen ve Choi, 2008). Kuşakların sınıflandırılmasında etkisi olan sosyal, ekonomik ve siyasi olayların tüm ülkelerde aynı zaman dilimlerinde aynı etkiyi göstermemesi nedeniyle; ülkeler arasında kuşakların başlangıç, bitiş yılları ve isimleri farklılık gösterebilmektedir (Urlick ve Altıntaş, 2018). En sık kullanılan ve kabul gören sınıflandırmaya göre günümüzde yaşayan 5 farklı kuşak bulunmaktadır. Bu kuşaklar Sessiz Kuşak, Baby Boomers (Bebek Patlaması) Kuşağı, X Kuşağı, Y kuşağı ve Z Kuşağı'dır (Adıgüzel ve ark., 2014; Kazkondur, 2020; Çelik, 2020). Bazı araştırmacılara göre yaşayan en genç kuşak Z Kuşağı iken bazılarının göre ise 2010-2025 yılları arasında doğan bireylere "Alfa Kuşağı" adı verilmektedir (Apaydın ve Kaya, 2020; McCrindle, 2007). Bu yeni kuşak, Strauss ve Howe'un (1991) "bir kuşağın oluşması için 20 yıllık bir yaşam süresinin dolması gerektiği" fikriyle uyuşmadığından bazı yazarlarca 2010-2030 yılları arasında doğan bireyler Alfa Kuşağı olarak kabul edilmektedir (Nagy ve Kölcsey, 2017).

2.4.1 Sessiz Kuşak (1925-1945)

1925 ile 1945 yılları arasında dünyaya gelen bireyler Sessiz Kuşak'ta yer almaktadır. Bu kuşakta II. Dünya Savaşı'na şahit olan bireyler bulunduğu için bu kuşağa "Savaş Kuşağı" da denilmektedir. Savaşın yanı sıra büyük ekonomik buhrana tanık olan bu bireylerin kişilik özellikleri tüm imkânsızlıklardan ve yaşadıkları maddi, manevi kayıplardan etkilenmiştir (Cennamo ve Gardner, 2008).

Bu kişiler bütün bu olumsuzluklardan dolayı genellikle hukuki kurallara önem gösteren, geleneksel bakış açısına sahip, otoriteye karşı sessizce saygı gösteren, kanaatkâr, disiplinli ve tutumlu bir yapıya sahip bireylerdir. Bu kuşak Türkiye Cumhuriyeti'nin de ilk yıllarına tanık olan kuşaktır. Savaşın yarattığı olumsuzluklar ve yokluk, o dönemdeki eğitim, gelir ve nüfus göstergelerinin tüm dünyada olduğu gibi Türkiye'de oldukça yetersiz olmasına yol açmıştır (Ayhün, 2013).

2.4.2 Bebek Patlaması (Baby Boomer) Kuşağı (1946-1964)

1946 ile 1964 yılları arasında doğan bireylerin dâhil edildiği bu kuşak "Bebek Patlaması" adını II. Dünya Savaşı sonrasında dünyaya gelen 1 milyon bebek ve yaşanan nüfus patlamasından almaktadır (Schuman ve Scott, 1989).

Bütün dünyaya bakıldığında bu dönemin en ayırt edici özelliklerinden birinin insan hakları konusundaki ilerlemeler olduğu görülmektedir. Bu kuşağa dâhil olan bireyler genellikle gençlik yıllarında insan ve kadın hakları, savaş karşıtlığı ve çevre duyarlılığı gibi konular hakkında eylemlere katılım göstermişlerdir (Schuman ve Scott, 1989). Bu nedenle günümüzdeki cinsiyet eşitliği, ırkçılıkla karşı mücadele ve çevre duyarlılığı gibi görüşlerin bu dönemde başlayıp günümüze geldiği düşünülmektedir (Strauss ve Howe, 1991). Türkiye'deki Bebek Patlaması Kuşağı'nda refahın, büyümenin ve savaş sonrası mal ve hizmetlere olan özlemin ağır

bastığı, bu nedenle bu kuşağın harcamaya meraklı bir kuşak olduğu ifade edilmektedir (Senbir, 2004).

2.4.3 X Kuşağı (1965-1979)

1965 ile 1979 tarihleri arasında dünyaya gelen bireylerin dâhil olduğu bu kuşak adını Coupland'ın 1991'de yazdığı kitabında "Generation X" terimini kullanması ve daha sonra bu terimin yaygınlaşıp popülerleşmesi sayesinde kazanmıştır (Kazkondur, 2020).

Bu kuşak döneminde eğitim seviyesi yükselmiş, kadınlar iş hayatında daha fazla yer almaya başlamış, bebek doğum oranları azalmış ve daha iyi bir yaşam kalitesi önem kazanmıştır (Başgöze ve Bayar, 2015; Ordun, 2015). X kuşağı 21. yüzyılda kullanılan çoğu teknolojik aletin keşfini yapan kuşak olmalarına rağmen teknolojinin kullanımı konusunda kendilerinden sonra gelen Y kuşağının gerisinde kalmışlardır. Tüm dünya ile birlikte Türkiye'de de bu kuşak; televizyonun yaygınlaşıp renkli televizyonla tanışılması ve bilgisayarların kullanılmaya başlanması gibi olaylara tanıklık etmiştir (Kazkondur, 2020). Öte yandan bu kuşağın yetiştiği dönemde ekonomi ve petrol krizi gibi sorunlar da meydana gelmiştir. Bu kuşağın döneminde Türkiye'de üniversitelerde olaylar, sağ-sol çatışmaları gibi olaylar artmıştır. Türkiye'deki X kuşağı genel olarak uzmanlar tarafından çalışkan, realist, kanaatkâr ve rekabetçi bir nesil olarak tanımlanmaktadır (Adıgüzel ve ark., 2014).

2.4.4 Y Kuşağı (1980-1999)

Bu kuşağın üyeleri 1980 ile 1999 yılları arasında dünyaya gelen bireylerden oluşmaktadır. Bu kuşak literatürde ayrıca "Dijital Kuşak", "Milenyumcular", "Gelecek Kuşak" gibi farklı isimlerle de adlandırılmaktadır (Davis, 2016).

Bu kuşağa mensup olan bireylerin yenilikçi, realist, yetenekli, iş birliğini önemseyen, sabırsız, teknolojiyi çok yakından takip eden bireyler olduğu görülmektedir (Ölçüm ve Polat, 2016). Y kuşağı teknolojinin içine doğmuş bir kuşaktır bu nedenle bilgisayar ve internet bu kuşaktaki bireylerin yaşantısının en önemli parçası haline gelmiştir. İnternet sayesinde iletişimi kolayca sağlayan bu kuşak önceki kuşaklara kıyasla kendi aralarında daha benzerdirler, farklı ülkelerde yaşıyor olsalar bile birbirine benzeyen yaşam görüşlerine, benzer değer ve fikirlere sahiptirler (Mücevher ve Erdem, 2018). Obezite, diyabet gibi hastalıkların endişe verici boyutlara ulaştığı bir dönemde hayata gelen bu kuşak aynı zamanda bu dönemde dünya üzerindeki en yüksek alım gücüne sahip ve en etkili kuşaklardan biridir (Parment, 2013; Weingarten, 2009).

2.4.5 Z Kuşağı (2000 ve Sonrası)

Z kuşağı; “Ağ Kuşağı”, “Bir Sonraki Kuşak”, “İnternet Kuşağı” gibi farklı terimlerle de anılmaktadır. Bu kuşakta bulunan bireyler teknoloji çağında dünyaya gelen ve teknolojiyle iç içe hayatlarını sürdüren bireylerdir (Levickaite, 2010).

Teknolojiyle bu kadar iç içe olmaları, bilgiye hızla ulaşmaları erken yaşta eğitim almalarını ve hızlı zihinsel gelişimi de beraberinde getirmiştir (Taş ve ark., 2017). Bu nesil tüm nesillerden farklı olarak çocukluğunda oyuncak yerine elektronik tablet ve cep telefonu ile büyüyen, sokakta oyun oynamak yerine çevrimiçi bilgisayar oyunlarını oynamayı tercih eden bir nesildir. Arkadaşlıklarını sosyal medya üzerinden kuran, internet sayesinde iletişimde kalan bir nesil olmalarından dolayı internet onlar için oksijen gibidir ve internetsiz bir hayatın mümkün olabileceğini düşünmezler (Jaleniauskiene ve Jucevieciene, 2015). Z kuşağı yaşayan en genç kuşak olarak kabul edilmesine rağmen bu kuşaktakiler oldukça hızlı büyümektedirler. Ergenlik dönemleri önceki kuşaklara kıyasla daha erken başlamış,

teknolojinin katkılarıyla eğitim ve iş hayatına beklenenden önce atılmışlardır (Umuto, 2021). En genç kuşak olmalarına rağmen en yaşlı anne baba ve öğretmene sahip olan kuşak olmuşlardır ve eğitim alanında bile erken yaşta rekabete atılmışlardır (Levickaite, 2010).

2.4.6 Kuşaklar ve Besin Seçimleri

Besin seçimini etkileyen en önemli faktörlerden biri yaştır. Genç tüketicilerin kendilerini yenilmez gördüğünü, beslenmeyi dış görünüşle ilişkilendirdiğini bu nedenle yaşlı tüketicilerle kıyaslandığında daha az sağlıklı tercihler yaptıkları düşünülmektedir. Kuşakların besin tüketim alışkanlıkları ve besin seçimleri konusunun araştırılması ve bu tercihlerin üzerinde etkisi olan faktörlerin tespit edilmesi önemlidir (MacIntyre ve ark., 1998; Dölekoğlu ve Çelik, 2018).

Farklı nesiller; içerisinde büyüdüğü sosyal, ekonomik, politik, teknolojik ve çevresel faktörler tarafından şekillendirilir. Farklı yaşam tarzları, tutumlar ve alışkanlıklar da besin seçimlerini ve besin tüketim alışkanlıklarını etkiler. Kuşaklar arasındaki besin tüketimindeki farklılığı ise beklentiler, ihtiyaçlar ve tercihlerin farklı olması oluşturmaktadır (Fernando, 2016; Öztürk ve Tekeli, 2021).

Kuşaklar arasındaki yiyecek seçimlerini araştırmak adına yapılan çalışmalarda Bebek Patlaması Kuşağı'ndaki bireylerin diğer kuşaklara kıyasla daha sağlıklı, düşük doymuş yağ içeriğine sahip, trans yağ içermeyen, düşük şeker ve yüksek lif içerikli doğal ve organik besin seçeneklerine talepte buldukları görülmüştür. Bunun nedeninin hastalık riskini azaltma, sağlıklı kiloya ulaşma ya da sağlıklı kiloyu koruma ve daha genç gözükme isteği olduğu düşünülmektedir. X kuşağının da Bebek Patlaması Kuşağı gibi sağlıklı ancak hazırlaması kolay, daha çok kendilerinin pişirdiği yiyecekleri tercih ettikleri ve farklı kültürlerle ait yiyecekleri de benimsedikleri saptanmıştır. Y kuşağındaki bireylerin hızlı hazırlanan, dondurulmuş

yiyecekleri tercih ettikleri ve diğer kuşaklarla kıyaslandığında daha çok ara öğün, atıştırılabilir tercih ettikleri söylenmektedir. Eski kuşaklardan yeni kuşaklara gidildikçe fast food tüketiminin arttığı belirtilmektedir (Fernando, 2016, Williams ve Page, 2011).

BritainThinks 2019 yılındaki raporunda Z kuşağına mensup tüketicilerin diğer kuşaklara göre daha düşük taze sebze, meyve ve daha fazla paket servis, hazır yemek ve hamburger tarzı fast-food yiyecekleri tükettiklerini belirtmiştir. Bu durumun “tipik genç” beslenmesi olduğu ve sağlıksız beslenme, düşük düzeydeki yemek hazırlama yeteneği ve isteği gibi durumların Z kuşağının henüz yaşamın erken evresinde olmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Ayrıca yiyecek seçiminde fiyat faktörünün ve sosyal medyanın etkisinin diğer kuşaklara kıyasla Z kuşağı için daha önemli olduğu belirtilmektedir (Williams ve Page, 2011; BritainThinks, 2019).

Ülkemizde de kuşaklar arasındaki beslenme alışkanlıklarını ve besin seçimlerini araştıran çalışmalar yapılmıştır (Kılıç ve Şanlıer, 2007; Aşık, 2019; Kazkondur, 2020). Yapılan çalışmalarda beslenme alışkanlıkları açısından kuşaklar arasında pek çok fark olduğu gözlemlenmiştir. Genç bireylerin orta ve ileri yaştaki bireylere kıyasla gün içerisinde daha fazla öğünü atladıkları görülmüştür. Evde yiyecek hazırladıklarında en genç kuşağın genellikle makarna, pilav gibi hızlı alternatifleri tercih ettiği, anne ve anneannelerinin ise en fazla zeytinyağlı sebze yemeklerini tercih ettikleri belirtilmiştir (Kılıç ve Şanlıer, 2007).

X ve Z kuşaklarının yiyecek tercihlerini etkileyen faktörlerin araştırıldığı bir çalışma X kuşağının tüketileceği yiyeceklerin sağlıklı, yağ oranı ve kalorisi düşük olmasına önem gösterdiği ancak Z kuşağının yiyecek tercihinde ise yiyeceğin doyurucu olması ve hızlı, kolay yapılabilmesi gibi faktörlere en fazla önemi

gösterdiğini ortaya koymuştur (Aşık, 2019). Yapılan başka bir çalışmada; Bebek Patlaması Kuşağı'nın sağlıklı beslenmeye en çok dikkat eden, fast-food tarzı yiyecekleri en az tüketen kuşak oldukları belirtilmektedir. Bebek Patlaması kuşağından sonra en sağlıklı beslenen kuşağın X kuşağı olduğu, X kuşağının aynı zamanda tüm kuşaklar arasında en az öğün atlayan kuşak olduğu tespit edilmiştir. Y kuşağının kahvaltılı öğününde Bebek Patlaması ve X kuşağına kıyasla daha sağlıksız, hamur işi ağırlıklı olarak beslendikleri tespit edilmiştir. Y kuşağına mensup bireylerin genelde alışık oldukları, çocukken tükettiklerine benzer yiyecekleri daha fazla tercih ettikleri de belirtilmektedir. Z kuşağının diğer kuşaklara kıyasla hamur işi, meyveli yoğurt, kahvaltılık tahıl, meyveli yoğurt gibi besinleri en fazla tüketen kuşak olduğu ve bu kuşağın yiyeceklerin sağlıklı, organik ve besleyici olmasına en az önem gösteren kuşak olduğu tespit edilmiştir (Kazkondur, 2020).

Bölüm 3

GEREÇ VE YÖNTEM

3.1 Araştırmanın Yer ve Zamanı

Farklı kuşakların yeni besin korkusu ve beslenme durumlarının tespit edilmesi amacıyla yürütülen bu çalışma Ağustos 2021- Ağustos 2022 tarihleri arasında yürütülmüştür. Çalışma İzmir ilinin merkez ilçelerinde yaşayan ve Balçova, Bornova, Buca, Gaziemir, Karabağlar ve Konak ilçelerinin Aile Sağlığı Merkezlerine (ASM) başvuran Bebek Patlaması, X, Y ve Z kuşaklarına dahil olan 19-74 yaş arası gönüllü 167 yetişkin birey ile yürütülmüştür. Çalışmaya katılan bireyler ile teke tek, yüzyüze görüşme yöntemi kullanılarak görüşülmüş ve bireylete anket formu (EK A) uygulanmıştır. Araştırmaya katılmayı kabul eden bireylerden yazılı onay alınmıştır.

Bu çalışma, Doğu Akdeniz Üniversitesi Bilimsel araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun, Sağlık Alt Etik Kurul'undan 01.07.2021 tarihi ve ETK00-2021-0181 sayılı kararı (EK B) ile "Etik Kurul Onayı" almıştır.

3.2 Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evreni İzmir ilinin merkez ilçeleri olan Balçova, Bornova, Buca, Gaziemir, Karabağlar ve Konak'ta yaşayan 19-74 yaş arası bireylerden oluşmaktadır. Literatür incelenip, örneklem seçilimi yapıldığı tarihlerde 4 kuşak ile ilgili bir çalışmaya rastlanılmaması nedeniyle iki kuşak arasındaki farkı inceleyen bir çalışma referans olarak alınarak örneklem hesaplaması yapılmıştır (Ergün, 2017). Buna göre iki kuşak arasındaki farka ilişkin etki büyüklüğünün yüksek olması nedeniyle $f=0,40$ ve $\alpha=0.05$ düzeyinde %99 ($1-\beta=0.99$) güç için gerekli olan örneklem büyüklüğü

G*Power 3.1.9.2 yazılımı kullanılarak 152 kişi olarak saptanmıştır. Çalışma Bebek Patlaması Kuşağı'ndan 45, X Kuşağı'ndan 40, Y Kuşağı'ndan 42 ve Z Kuşağı'ndan 40 kişi olmak üzere toplamda 167 kişinin (%51,1 kadın, %48,9 erkek) gönüllü olarak katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Ana dili Türkçe olmayan bireyler ile hamile ve bebek emziren bireyler çalışmaya dahil edilmemiştir.

3.3 Veri Toplama Teknikleri

Bu araştırma kesitsel bir çalışmadır. Çalışmanın amacı doğrultusunda literatür araştırması yapılmış ve veri toplama aracı olarak anket formu kullanılmasına karar verilmiştir. Çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden bireylere verilerin gizliliği hakkında bilgi verilmiş ve onay formu okutulup imzalatılmıştır. Katılımcı bireylere Kovid-19 tedbirleri kapsamında hijyen, maske, sosyal mesafe kurallarına uyularak ve “yüzyüze görüşme” tekniği kullanılarak anket uygulanmıştır.

Uygulanan anket formu; bireylerin genel bilgilerini, beslenme alışkanlıklarını, antropometrik ölçümlerini (vücut ağırlığı, boy, BKİ, bel ve kalça çevresi), yeni besin korkusu seviyelerini ve beslenme durumlarını saptamaya yönelik 6 bölümden oluşmaktadır.

3.3.1 Genel Özelliklere İlişkin Bilgiler

Anket formunun genel bilgiler kısmında bireylerin cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu, mesleki bilgiler, aylık gelir, alkol/sigara kullanım durumu ve hastalık durumu sorgulanmıştır. Bireylerin aylık gelirleri Türk Lirası cinsinden değerlendirmeye alınmıştır. Görüşmenin yapıldığı tarihteki şartlar göz önüne alınarak; aylık gelirler 1000-3000 TL arası düşük, 3000-6000 TL arası orta ve 6000 TL üzeri yüksek gelir düzeyi olarak sınıflandırılmıştır.

3.3.2 Beslenme Alışkanlıklarına İlişkin Bilgiler

Anketin beslenme alışkanlıkları kısmında; çalışmaya katılan bireylerin gün içerisinde tükettiği ana ve ara öğün sayısı, ana öğün atlayıp atlamadığı, hangi ana öğünü atladığı, öğün saatlerinin düzenliliği, bir besini sevmediğine emin olmadan önce kaç kez tükettikleri ve sebze, meyve tüketim durumları sorgulanmıştır.

3.3.3 Antropometrik Ölçümler

Araştırmaya katılan bireylerin; vücut ağırlığı, boy uzunluğu, beden kütle indeksi, bel çevresi ve kalça çevresi ölçümleri araştırmacı tarafından Covid-19 pandemi kuralları gereği sosyal mesafe ve maske kurallarına dikkat edilerek ölçülmüştür.

a) Vücut ağırlığı: Bireylerin vücut ağırlıkları ince kıyafetlerle ve ayakkabısız şekilde, 0,1 kg'a duyarlı Arzum AR5034 model dijital tartı kullanılarak ölçülmüştür. Ölçüm alınırken bireylerin en az 3 saatlik açlık durumları ve dışkılama sonrası zamanda olmaları sorgulanmıştır. Değerler kg cinsinden kaydedilmiştir (Pekcan, 2008).

b) Boy uzunluğu: Bireylerin boy uzunluğu ölçümleri; ayakkabısız, ayaklar bitişik ve duvara dayalı şekilde, frankfurt düzleminde, duvara sabit esnemeyen mezura ile yapılmıştır. Değerler cm cinsinden kaydedilmiştir (Pekcan, 2008).

c) Beden kütle indeksi: Bireylerin BKİ'leri; vücut ağırlıklarının, boy uzunluğunun metre karesine bölünmesi [$\text{vücut ağırlığı (kg)} / \text{boy}^2 \text{ (m)}$] ile araştırmacı tarafından hesaplanmıştır. Elde edilen sonuçlar Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)'nün verilerine göre yorumlanmıştır. Sınıflandırma Tablo 3.1'de verilmiştir (WHO, 2010).

Tablo 3.1: BKİ Değerlerine Göre Sınıflandırma (WHO, 2010)

BKİ Değeri Sınıflaması	BKİ (kg/m ²)
Zayıf	<18.5
Normal	18.5-24.9
Pre-obez	25-29.9
Obezite Sınıfı I	30.0–34.9
Obezite Sınıfı II	35.0–39.9
Obezite Sınıfı III	≥ 40

d) Bel çevresi: Bireylerin bel çevresi değerleri; esnemeyen mezura ile, kristailiyak ve en alt kaburga kemiği arasındaki orta noktadan ölçüm yapılarak alınmıştır (Pekcan, 2008). Bel çevresi değeri kronik hastalıklara yakalanma riskinin tespit edilmesinde kullanılan göstergelerinden birisidir. Risk durumu bireyin cinsiyetine göre farklılık göstermektedir. Bu çalışmada kullanılan DSÖ'ye göre bel çevresi risk sınıflandırması Tablo 3.2'de verilmiştir (WHO, 2011).

Tablo 3.2: Bel Çevresine Göre Sınıflandırma (WHO, 2011)

Cinsiyet	Normal	Riskli	Yüksek Riskli
Erkek	< 94 cm	94-101 cm	≥ 102 cm
Kadın	< 80 cm	80-87 cm	≥ 88 cm

e) Kalça çevresi: Bireyler ayakta ve kollar iki yana açılmış durumda iken, bireyin yan tarafında durularak, kalçanın en yüksek noktasından esnemeyen mezura ile araştırmacı tarafından ölçüm yapılmıştır (Pekcan, 2008).

f) Bel/kalça oranı: Bireylerden alınan bel çevresi değerlerinin kalça çevresi değerlerine bölünmesiyle bel/kalça oranı hesaplanmıştır. Bel/kalça oranı; android tip şişmanlık ve bu şişmanlıkla ilişkili olarak kronik hastalıklara yakalanma riski hakkında bilgi vermektedir (Pekcan, 2008). Çalışmadaki bireylerin bel/kalça oranları DSÖ sınıflandırmasına göre değerlendirilmiştir (WHO, 2011)(Tablo 3.3).

Tablo 3.3: Bel/Kalça Oranına Göre Sınıflandırılma (WHO, 2011)

Cinsiyet	Risksiz	Riskli
Erkek	< 0.90	≥ 0.90
Kadın	< 0.85	≥ 0.85

g) Bel/boy oranı: Bireylerden alınan bel çevresi değerlerinin boy uzunluğu değerlerine bölünmesiyle bel/boy oranı hesaplanmıştır. Bel/boy oranı kardiyovasküler hastalık riskinin belirlenmesinde başarılı bir ölçüttür. Meseri ve ark. Türk yetişkin bireylerle yürüttükleri çalışmada cinsiyet farketmeksizin kardiyovasküler hastalık riski taşıyan bireylerin belirlenmesinde en uygun bel/boy oranı kesim noktasının “0,5” olduğunu belirlemiştir. Bu çalışmada kullanılan Meseri ve arkadaşlarının Türk yetişkin bireylerle yürüttükleri çalışmada belirledikleri bel/boy sınıflandırması Tablo 3.4’te verilmiştir (Meseri ve ark., 2014).

Tablo 3.4: Bel/Boy Oranı Sınıflandırması (Meseri ve ark., 2014)

Sınıflama	Bel/Boy Oranı
Risksiz	≤ 0.50
Riskli	> 0.50

3.3.4 Yeni Besin Korkusu Ölçeği (FNS)

Yeni Besin Korkusu Ölçeği, bireylerin yeni besin korkusu durumunun değerlendirilmesi için geliştirilen 10 maddeden oluşan likert tipte bir ölçektir. Ölçekte, “kesinlikle katılmıyorum” 1 puan, “katılmıyorum” 2 puan, “az katılmıyorum” 3 puan, “kararsızım” 4 puan “az katılıyorum” 5 puan, “katılıyorum” 6 puan ve “kesinlikle katılıyorum” 7 puan olmak üzere ölçek sonucunda elde edilen toplam puan 10-70 arasında olmaktadır. Ölçeğin 1, 4, 6, 9 ve 10. soruları ters puanlanmaktadır. Yüksek puanlar yeni besin korkusunu, düşük puanlar yeni besinlerden hoşlanmayı göstermektedir. Ölçek sonucu elde edilen puanın değerlendirilmesinde örneklemin ortalaması ve standart sapması kullanılmaktadır. Ölçek sonucunda puanı; $<x-1SS$ olan bireyler yeni besinlerden hoşlanan/neofilik, $x\pm 1SS$ olan bireyler nötr ve $>x+SS$ olan bireyler yeni besin korkusu yüksek olan bireyler/neofobik olarak değerlendirilmektedir (Uçar ve ark., 2020).

Ölçeğin cronbach alfa katsayısı 0,805 olarak saptanmıştır. Bu çalışmada ölçeğin Uçar ve ark. tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılan versiyonu (T-FNS) kullanılmıştır. Ölçeğin kullanımı için gerekli izinler alınmıştır (EK C).

3.3.5 Besin Çeşitliliğini Saptama Formu

Çalışmaya katılan bireylere uygulanan besin çeşitliliğini saptama formu Kabaran'ın (2011) yaptığı çalışmada kullanılan saptama formu ve Besin Bileşim Cetveli (Baysal ve ark., 1991) kaynak olarak kullanılarak araştırmacı tarafından oluşturulmuştur. Bu form; Besin Bileşim Cetveli'nde bulunan çeşitli süt ve süt ürünleri, meyve, sebze, ekmek ve tahıl ürünleri, yağlı tohumlar, kurubaklagiller ve hayvansal ürünler gibi besinleri ve İzmir iline özgü olan veya İzmir ilinde sıkça tüketilen [boyoz, kumru (İzmir'e özgü bir sandviç), midye dolma, simit, kokoreç

vb.] besinleri içermektedir. Bireylere besin çeşitliliğini saptama formunda bulunan toplam 137 besini daha önce deneyip denemedikleri sorularak besin seçimleri belirlenmiştir. Bireylerin denedikleri besinden hoşlanma durumlarını 5 üzerinden “1- hiç sevmiyorum, 2-sevmiyorum, 3-kararsızım, 4-seviyorum, 5-çok seviyorum” olacak şekilde puanlamaları istenmiştir. Elde edilen verilerden faydalanarak çalışmaya katılan bireylerin denedikleri, sevdikleri ve sevmedikleri besin sayısının buldukları kuşaklara ve yeni besin korkusu durumlarına göre gösterdiği farklılıklar değerlendirilmiştir.

3.3.6 Besin Tüketim Kaydı

Bireylerin beslenme durumlarının saptanması amacıyla; geriye dönük 24 saatlik besin tüketim kaydı kullanılmıştır (Pekcan, 2008).

Çalışmada bireylerin son 24 saat içerisinde tükettiği tüm besinler yüzyüze görüşme yöntemiyle araştırmacı tarafından sorgulanmıştır. Bireylerin 24 saat içerisinde tükettiği besinlerin miktarları sorgulanırken “Yemek ve Besin Fotoğraf Kataloğu: Ölçü ve Miktarlar” (Rakıcıoğlu ve ark., 2009) kitabından yararlanılmıştır. Bireylerin son 24 saat içinde tükettiği besinlerin enerji ve besin ögesi miktarları Bilgisayar Destekli Beslenme Programı, Beslenme Bilgi Sistemi (BeBİS 7.2) programı kullanılarak hesaplanmıştır. Bireylerin günlük alması gereken enerji, mikro ve makro besin ögesi miktarlarını karşılama oranları; Türkiye’ye Özgü Besin ve Beslenme Rehberi’nde (TÖBR, 2015) bireylerin cinsiyet ve yaşlarına göre günlük tüketilmesi önerilen alım miktarları üzerinden hesaplanmıştır.

3.3.7 Verilerin İstatistiksel Olarak Değerlendirilmesi

Elde edilen veriler SPSS 25.0 istatistiksel paket programı ile değerlendirilmiştir. Nitel verilerin değerlendirilmesinde sayı (n) ve yüzdeler (%) kullanılmıştır. Nicel verilerin değerlendirilmesinde ortalama (\bar{x}), standart sapma (s)

kullanılmıştır. Antropometrik ölçümler, enerji ve besin ögesi alımları gibi sürekli değişkenlerin değerlendirilmesi için ortalama (\bar{x}), standart sapma (s), alt ve üst değerler kullanılmıştır. Nitel veriler karşılaştırılırken “Ki-Kare Testi” kullanılmıştır. Niceliksel ikili grup karşılaştırmalarında parametrik varsayımların sağlandığı durumlarda ”One Simple T Testi”, istatistiksel yöntem olarak kullanılmıştır. İki den fazla grubun ortalamaları karşılaştırılırken ise parametrik varsayımların sağlandığı durumlarda “One-Way ANOVA”, sağlanmadığı durumlarda ise “Kruskal Wallis Testi” istatistiksel yöntem olarak kullanılmıştır. Gruplar arası fark tespit edildiğinde ($p < 0.05$), farklılığı yaratan alt grupları tespit etmek için ikili karşılaştırmalar Post-Hoc testleri ile değerlendirilmiştir. ANOVA testi için karşılaştırmayı sağlamak adına Post-Hoc analizinden LSD testi kullanılmıştır. Bütün istatistiksel analizlerde güven aralığı %95 olup anlamlılık değeri %5 dir.

Bölüm 4

BULGULAR

4.1 Bireylerin Genel Özelliklerine İlişkin Bulgular

Bu bölümde çalışmaya dâhil edilen bireylerin sosyodemografik özellikleri, sigara-alkol kullanımları ve hastalık durumlarına ait bilgiler verilmiştir.

Tablo 4.1: Bireylerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Dağılımları

		Bebek Patlaması Kuşağı	X Kuşağı	Y Kuşağı	Z Kuşağı	Toplam
Değişkenler		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
Cinsiyet	Kadın	23 (51.1)	20 (50.0)	21 (50.0)	20 (50.0)	83 (49.7)
	Erkek	22 (48.9)	20 (50.0)	21 (50.0)	20 (50.0)	84 (50.3)
	Toplam	44 (100.0)	40 (100.0)	42 (100.0)	40 (100.0)	167(100.0)
Medeni Durum	Evli	31 (68.9)	27 (67.5)	19 (45.2)	1 (2.5)	89 (53.3)
	Bekâr	14 (31.1)	13 (32.5)	23 (54.8)	39 (97.5)	78 (46.7)
Eğitim Durumu	İlköğretim	19 (42.2)	17 (42.5)	3 (7.1)	1 (2.5)	40 (24.0)
	Lise	18 (40.0)	12 (30.0)	17 (40.5)	27 (67.5)	74 (44.3)
	Üniversite	8 (17.8)	11 (27.5)	22 (52.4)	12 (30.0)	53 (31.7)
Aylık Gelir	1000-3000 TL arası	10 (22.2)	7 (17.5)	8 (19.0)	8 (20.0)	33 (19.8)
	3000-6000 TL arası	26 (57.8)	17 (42.5)	16 (38.1)	18 (45.0)	77 (46.1)
	6000 TL üzeri	9 (20.0)	16 (40.0)	18 (42.9)	14 (35.0)	57 (34.1)
Meslek	Memur	5 (11.1)	7 (17.5)	5 (11.9)	1 (2.5)	18 (10.9)
	Öğrenci	-	-	6 (14.3)	22 (55.0)	28 (17.0)
	İşçi	4(8.9)	9 (22.5)	6 (14.3)	6 (15.0)	25 (15.2)
	Serbest Meslek	6(13.3)	11 (27.5)	10 (23.8)	6 (15.0)	33 (20.0)
	Emekli	18(40.0)	3 (7.5)	6 (14.3)	-	21 (12.7)
	Çalışmıyor	10(22.2)	8 (20.0)	9 (21.5)	4 (10.0)	30 (18.1)
	Özel Sektör	2 (4.4)	1 (2.5)	21 (50.0)	-	10 (6.1)
	Çalışanı					

Frekans Analizi

Tablo 4.1’de çalışmaya alınan bireylerin sosyodemografik özelliklerinin buldukları kuşaklara göre dağılımı verilmiştir. Çalışmaya, İzmir ilinin merkez ilçeleri olan Balçova, Bornova, Buca, Gazıemir, Karabağlar ve Konak’ta yaşayan ve Balçova, Bornova, Buca, Gazıemir, Karabağlar ve Konak ilçelerinin ASM’lerine başvuran 19-74 yaş arası yetişkin bireylerden 83 kadın (%49.7) ve 84 erkek (%50.3) olmak üzere toplamda 167 kişi katılmıştır.

Tablo 4.1. incelendiğinde çalışmaya katılan bireylerin %53.3’ünün evli, %46.7’sinin bekâr olduğu ve %24.0’ünün ilköğretim, %44.3’ünün lise, %31.7’sinin üniversite mezunu olduğu saptanmıştır. Bireylerin %19.8’inin aylık gelirinin 1000-3000 TL arasında, %46.1’inin aylık gelirinin 3000-6000 TL arasında olduğu ve %34.1’inin aylık gelirinin 6000 TL’nin üzerinde olduğu belirlenmiştir. Çalışmaya katılan bireylerden %10.9’unun memur, %17.0’sinin öğrenci, %15.2’sinin işçi, %20.0’sinin serbest meslek sahibi, %12.7’sinin emekli ve %6.1’i özel sektör çalışanı olduğu ve %18.1’inin ise çalışmadığı saptanmıştır.

Tablo 4.2: Bireylerin Sigara, Alkol Kullanımlarına Göre Dağılımları

		Bebek Patlaması Kuşağı				Toplam
Değişkenler		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
Sigara Kullanma	Hayır	27 (60.0)	17 (42.5)	22 (52.4)	18 (45.0)	84 (50.3)
	Evet	18 (40.0)	23 (57.5)	20 (47.6)	22 (55.0)	83 (49.7)
Alkol Kullanma	Hayır	31 (68.9)	20 (50.0)	14 (33.3)	7 (17.5)	72 (43.1)
	Evet	14 (31.1)	20 (50.0)	28 (66.7)	33 (82.5)	95 (56.9)
Alkol Tüketiyorsanız Kaç Kadeh;	Haftada 7 üzeri	1 (7.1)	1 (5.0)	3 (10.7)	3 (9.1)	8 (8.4)
	Haftada 1-7	6 (42.8)	14 (70.0)	19 (67.8)	23 (69.7)	62 (65.3)
	Ayda 1-3	5 (35.7)	3 (15.0)	4 (14.3)	6 (18.2)	18 (18.9)
	Nadiren	2 (14.2)	2 (10.0)	2 (7.1)	1 (3.0)	7 (7.4)

Frekans Analizi

Çalışmaya katılan bireylerin sigara ve alkol kullanma durumları Tablo 4.2’de verilmiştir. Çalışmaya katılan Bebek Patlaması Kuşağındaki bireylerin %40.0’ı, X Kuşağındaki bireylerin %57.5’i, Y Kuşağındaki bireylerin %47.6’sı ve Z Kuşağındaki bireylerin %55.0’i sigara kullanmaktadır. Çalışmada bulunan Bebek Patlaması Kuşağındaki bireylerin %31.1’i, X Kuşağındaki bireylerin %50.0’si, Y Kuşağındaki bireylerin %66.7’si ve Z Kuşağındaki bireylerin %82.5’i alkol tüketmektedir.

Tablo 4.3: Bireylerin Hastalık Durumlarına Göre Dağılımları

		Bebek Patlaması Kuşağı	X Kuşağı	Y Kuşağı	Z Kuşağı	Toplam
Değişkenler		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
Hastalık Durumu	Hayır	15 (33.3)	15 (37.5)	31 (73.8)	26 (65.0)	87 (52.1)
	Evet	30 (66.7)	25 (62.5)	11 (26.2)	14 (35.0)	80 (47.9)
Hastalık Türü**						
	Diyabet	11 (24.4)	6 (15.0)	-	-	17 (10.2)
	Kalp Damar Hastalıkları	15 (33.3)	8 (20.0)	2 (4.8)	1 (2.5)	26 (15.6)
	Sindirim Sistemi Hastalıkları	1 (2.2)	1 (2.5)	3 (7.1)	3 (7.5)	8 (4.8)
	Böbrek Hastalıkları	3 (6.7)	3 (7.5)	-	-	6 (3.6)
	Karaciğer ve Safra Kesesi Hastalıkları	2 (4.4)	1 (2.5)	1 (2.4)	-	4 (2.4)
	Kas Kemik Eklem Rahatsızlıkları	1 (2.2)	2 (5.0)	-	2 (5.0)	5 (3.0)
	Solunum Yolu Hastalıkları	6 (13,3)	6 (15,0)	1 (2,4)	3 (7,5)	16 (9,6)
	Nörolojik Hastalıklar	1 (2,2)	1 (2,5)	2 (4,8)	-	4 (2,4)
	Psikolojik Hastalıklar	-	-	2 (4,8)	3 (7,5)	5 (3,0)
	Tiroid Hastalıkları	2 (4,4)	2 (5,0)	3 (7,1)	-	7 (4,2)

Frekans Analizi

**Çoklu Cevap Analizi

Tablo 4.3'te çalışmaya katılan bireylerin hastalık durumlarına ilişkin bulgular yer almaktadır. Bireylerin %52.1'inin hekim tarafından tanısı konulmuş herhangi bir hastalığı bulunmazken; tanısı konulmuş hastalığı olan bireylerin oranı %47.9'dur. Bireylerin %15.6'sının kalp damar hastalıklarına, %10.2'sinin diyabete, %9.6'sının solunum yolu hastalıklarına ve %4.8'inin sindirim sistemi hastalıklarına sahip olduğu görülmektedir. Herhangi bir hastalığa sahip olan bireylerin oranı yaşça daha büyük olan Bebek Patlaması ve X Kuşağı'nda Y ve Z Kuşağı'na kıyasla daha fazladır.

4.2 Bireylerin Genel Beslenme Alışkanlıklarına İlişkin Bulgular

Bu bölümde çalışmaya alınan bireylerin beslenme alışkanlıklarına ilişkin bilgiler verilmiştir.

Tablo 4.4: Bireylerin Beslenme Alışkanlıklarına Göre Dağılımı

		Bebek Patlaması Kuşağı	X Kuşağı	Y Kuşağı	Z Kuşağı	Toplam
		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
Ana Öğün	1	-	-	2 (4.8)	-	2 (1.2)
	2	33 (73.3)	28 (70.0)	25 (59.5)	26 (65.0)	112 (67.1)
	3	12 (26.7)	12 (30.0)	14 (33.3)	14 (35.0)	52 (31.1)
	4	-	-	1 (2.4)	-	1 (0.6)
Ara Öğün	0	21 (46.7)	15 (37.5)	18 (42.9)	5 (12.5)	59 (35.3)
	1	12 (26.7)	15 (37.5)	11 (26.2)	19 (47.5)	57 (34.1)
	2	9 (20.0)	7 (17.5)	12 (28.6)	12 (30.0)	40 (24.0)
	3	3 (6.7)	3 (7.5)	-	3 (7.5)	9 (5.4)
4	-	-	1 (2.4)	1 (2.5)	2 (1.2)	
Ana Öğün Atlama Durumu	Hayır	4 (8.9)	7 (17.5)	12 (28.6)	-	23 (13.8)
	Evet	26 (57.8)	20 (50.0)	19 (45.2)	19 (47.5)	84 (50.3)
	Bazen	15 (33.3)	13 (32.5)	11 (26.2)	21 (52.5)	60 (35.9)
En Sık Atlanan Öğün	Kahvaltı	3 (7.3)	9 (27.3)	9 (30.0)	20 (50.0)	41 (28.5)
	Öğle Yemeği	34 (82.9)	22 (66.7)	18 (60.0)	19 (47.5)	93 (64.6)
	Akşam Yemeği	4 (9.8)	2 (6.1)	3 (10.0)	1(2.5)	10 (6.9)
Öğün Saatlerinin Düzenliliği	Hayır	17 (37.8)	20 (50.0)	23 (54.8)	33 (82.5)	93 (55.7)
	Evet	28 (62.2)	20 (50.0)	19 (45.2)	7 (17.5)	74 (44.3)
Ana Yemeklerin Kiminle Tüketildiği	Yalnız	11 (24.4)	10 (25.0)	12 (28.6)	8 (20.0)	41 (24.6)
	Arkadaş-larımla	1 (2,2)	1 (2.5)	3 (7.1)	17 (42.5)	22 (13.2)
	Ailemle Birlikte	33 (73.3)	29 (72.5)	27 (64.3)	15 (37.5)	104 (62.3)

Frekans Analizi

		Bebek Patlaması Kuşağı	X Kuşağı	Y Kuşağı	Z Kuşağı	Toplam
		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
Bir Besini Sevmediği-ne Emin Olmadan Önce Kaç Kez Denendiği	1 Defa	30 (66.7)	20 (50.0)	25 (59.5)	20 (50.0)	95 (56.9)
	2 Defa	13 (28.9)	13 (32.5)	13 (31.0)	9 (22.5)	48 (28.7)
	3-5 Defa	2 (4.4)	7 (17.5)	3 (7.1)	11 (27.5)	23 (13.8)
	6 ve Üzeri	-	-	1(2.4)	-	1 (0.6)
Sebze Tüketim Sıklığı	Nadiren	-	2 (5.0)	5 (11.9)	2 (5.0)	9 (5.4)
	Bazen	6 (13.3)	6 (15.0)	5 (11.9)	20 (50.0)	37 (22.2)
	Çoğunlukla	28 (62.2)	20 (50.0)	20 (47.6)	14 (35.0)	82 (49.1)
	Her Gün	11 (24.4)	12 (30.0)	12 (28.6)	4 (10.0)	39 (23.4)
Meyve Tüketim Sıklığı	Asla	-	-	-	1 (2.5)	1 (0.6)
	Nadiren	3 (6.7)	9 (22.5)	6 (14.3)	8 (20.0)	26 (15.6)
	Bazen	15 (33.3)	7 (17.5)	10 (23.8)	17 (42.5)	49 (29.3)
	Çoğunlukla	21 (46.7)	18 (45.0)	11 (26.2)	9 (22.5)	59 (35.3)
	Her Gün	6 (13.3)	6 (15.0)	15 (35.7)	5 (12.5)	32 (19.2)

Frekans Analizi

Çalışmaya katılan bireylerin buldukları kuşaklara göre beslenme alışkanlıklarına ilişkin veriler Tablo 4.4'te verilmiştir. Çalışmaya katılan Bebek Patlaması Kuşağı'na dahil olan bireylerin %73.3'ünün, X Kuşağı'na dahil olan bireylerin %70.0'inin, Y Kuşağı'na dahil olan bireylerin %59.5'inin ve Z Kuşağı'na dahil olan bireylerin %65.0'inin günde 2 ana öğün; Bebek Patlaması Kuşağı'nda yer alan bireylerin %26.7'sinin, X Kuşağı'nda yer alan bireylerin %30.0'unun, Y Kuşağı'nda yer alan bireylerin %33.3'ünün ve Z Kuşağı'nda yer alan bireylerin %35.0'inin günde 3 ana öğün tükettikleri belirlenmiştir. Y Kuşağı'ndaki bireylerin %4.8'lik kısmının günde yalnızca 1 ana öğün tükettiği ve Y Kuşağı'ndaki bireylerin %2.4'lük kısmının günde 4 ana öğün tükettikleri tespit edilmiştir.

Bebek Patlaması Kuşağı'nda olan bireylerin %46.7'sinin, X Kuşağı'nda olan bireylerin %37.5'inin, Y Kuşağı'nda olan bireylerin %42.9'unun ve Z Kuşağı'nda olan bireylerin %12.5'inin gün içerisinde hiç ara öğün tüketmedikleri görülmüştür.

Gün içerisinde ana öğün atlayan bireylere bakıldığında Bebek Patlaması Kuşağı'ndaki kişilerin %82.9'unun, X Kuşağı'ndaki kişilerin %66.7'sinin, Y Kuşağı'ndaki kişilerin %60.0'inin ve Z Kuşağı'ndaki kişilerin %47.5'inin en sık atladıkları ana öğünün öğle yemeği olduğu belirlenmiştir. Ana öğün atlayan bireylerden; Bebek Patlaması Kuşağı'ndaki kişilerin %7.3'ünün, X Kuşağı'ndaki kişilerin %27.3'ünün, Y Kuşağı'ndaki kişilerin %30.0'unun ve Z Kuşağı'ndaki kişilerin %50.0'sinin en sık atladıkları ana öğünün kahvaltı olduğu belirlenmiştir.

Bebek Patlaması Kuşağı'na dahil olan bireylerin %37.8'inin, X Kuşağı'na dahil olan bireylerin %50.0'sinin, Y Kuşağı'na dahil olan bireylerin %54.8'inin ve Z Kuşağı'na dahil olan bireylerin %82.5'inin gün içerisindeki öğün saatlerinin düzenli olmadığı saptanmıştır.

Çalışmaya katılan Bebek Patlaması, X, Y ve Z Kuşağı'ndan bireylere ana yemeklerini genellikle kiminle tükettikleri sorulduğunda sırasıyla; %24.4, %25.0, %28.6 ve %20'sinin yalnız başına, %2.2, %2.5, %7.1 ve %42.5'sinin arkadaşlarıyla birlikte, %73.3, %72.5 %64.3 ve %37.5'inin ailesiyle birlikte ana öğünlerini tükettikleri tespit edilmiştir.

Bebek Patlaması, X, Y ve Z Kuşağı'ndan bireylere bir besini sevmediğine emin olmadan önce kaç defa denediği sorulduğunda sırasıyla; %66.7, %50.0, %59.5 ve %50'sinin "1 defa", %28.9, %32.5 %31.0 ve %22.5'inin "2 defa", %4.4, %17.5, % 7.1 ve %27.5'inin "3-5 defa" yanıtını verdikleri görülmüştür. Yalnızca Y Kuşağı'na dâhil olan bireylerin %2.4'ünün "6 defa ve üzeri" yanıtını verdikleri görülmüştür.

4.3 Bireylerin Antropometrik Ölçümlerine İlişkin Bulgular

Bu bölümde çalışmaya katılan bireylerin antropometrik ölçümlerine ilişkin bulgular verilmiştir.

Tablo 4.5: Bireylerin Kuşaklarına Göre Antropometrik Ölçümlerinin Dağılımı

Kuşaklar		Boy Uzunluğu (cm)	Vücut Ağırlığı (kg)	Bel Çevresi (cm)	Kalça Çevresi (cm)	Bel/Boy Oranı (cm)	Bel/Kalça Oranı (cm)	BKİ (kg/m ²)
Bebek Patlaması Kuşağı (n=45)	\bar{x}	166.60	76.25	92.60	108.51	0.56	0.85	27.39
	s	9.59	14.63	12.33	9.90	0.08	0.07	4.24
	Alt	148	51.00	66	89	0.38	0.70	20.55
	Üst	189	115.00	125	146	0.86	1.02	42.16
X Kuşağı (n=40)	\bar{x}	169.68	75.17	88.68	105.20	0.52	0.84	25.94
	s	9.45	16.82	13.14	9.54	0.07	0.08	4.38
	Alt	150	47.30	66	87	0.42	0.72	17.37
	Üst	188	120.00	129	123	0.70	1.05	36.32
Y Kuşağı (n=42)	\bar{x}	170.07	70.86	83.17	100.40	0.49	0.82	24.67
	s	8.73	18.94	15.93	11.04	0.08	0.09	5.92
	Alt	150	44.60	60	85	0.36	0.67	18.36
	Üst	191	113.20	117	134	0.69	1.02	39.16
Z Kuşağı (n=40)	\bar{x}	174.30	69.96	82.22	103.37	0.47	0.79	22.87
	s	8.90	13.99	17.93	12.64	0.10	0.09	3.44
	Alt	158	46.30	61	85	0.36	0.66	18.20
	Üst	192	95.70	150	155	0.90	0.97	32.20
Toplam (n=167)	\bar{x}	170.05	73.13	86.80	104.45	0.51	0.83	25.28
	s	9.51	16.28	15.41	11.13	0.09	0.09	4.85
	Alt	148	44.60	60	85	0.36	0.66	17.37
	Üst	192	120.00	150	155	0.90	1.05	42.16

Frekans Analizi

Çalışmaya katılan bireylerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı, bel ve kalça çevresi ve BKİ gibi antropometrik ölçümleri Tablo 4.5'te verilmiştir.

Bebek patlaması Kuşağı'nda bulunan bireylerin boy uzunluğu ortalaması 166.60±9.59 cm, vücut ağırlığı ortalamaları 76.25±14.63 kg, bel çevresi ortalaması 92.60±12.33 cm, kalça çevresi ortalaması 108.51±9.90 cm, bel/boy oranı ortalaması

0.56±0.08, bel/kalça oranı ortalaması 0.86±0.07 ve BKİ ortalaması 27.39±4.24 kg/m² dir.

X Kuşağı'nda bulunan bireylerin boy uzunluğu ortalaması 169.68±9.45 cm, vücut ağırlığı ortalaması 75.17±16.82 kg, bel çevresi ortalaması 88.68±13.14 cm, kalça çevresi ortalaması 105.20±9.54 cm, bel/boy oranı ortalaması 0.52±0.07, bel/kalça oranı ortalaması 0.84±0.08 ve BKİ ortalaması 25.94±4.38 kg/m² dir.

Y Kuşağı'nda bulunan bireylerin boy uzunluğu ortalamaları 170,07±8.73 cm, vücut ağırlığı ortalamaları 70.86±18.94 kg, bel çevresi ortalaması 83.17±15.93 cm, kalça çevresi ortalaması 100.40±11.04 cm, bel/boy oranı ortalaması 0.49±0.08, bel/kalça oranı ortalaması 0.82±0.09 ve BKİ ortalaması 24.67±5.92 kg/m² dir.

Z Kuşağı'nda bulunan bireylerin boy uzunluğu ortalamaları 174.30±8.90 cm, vücut ağırlığı ortalamaları 69.96±13.99 kg, bel çevresi ortalaması 82.22±17.93 cm, kalça çevresi ortalaması 103.37±12.64 cm, bel/boy oranı ortalaması 0.47±0.10, bel/kalça oranı ortalaması 0.79±0.09 ve BKİ ortalaması 22.87±3.44 kg/m² dir.

Tablo 4.6: Bireylerin Kuşaklara ve Antropometrik Ölçüm Sınıflandırmalarına Göre Dağılımları

	Kuşaklar				Toplam
	Bebek Patlaması Kuşağı	X Kuşağı	Y Kuşağı	Z Kuşağı	
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	
BKİ Sınıflaması					
Zayıf	-	2 (5.0)	2 (4.8)	1 (2.5)	5 (3.0)
Normal	12 (26.7)	13 (32.5)	23 (54.8)	29 (72.5)	77 (46.1)
Preobez	27 (60.0)	18 (45.0)	9 (21.4)	8 (20.0)	62 (37.1)
Obezite Sınıfı I	3 (6.6)	5 (15.0)	4 (9.5)	2 (5.0)	14 (8.4)
Obezite Sınıfı II	2 (4.4)	2 (5.0)	4 (9.5)	-	8 (4.8)
Obezite Sınıfı III	1 (2.2)	-	-	-	1 (0.6)
Bel Çevresi Sınıflaması					
Normal	14 (31.1)	21 (52.5)	29 (69.0)	28 (70.0)	92 (55.1)
Risk	15 (33.3)	9 (22.5)	5 (11.9)	7 (17.5)	36 (21.6)
Yüksek Risk	16 (35.6)	10 (25.0)	8 (19.0)	5 (3.0)	39 (23.4)
Bel / Kalça Sınıflaması					
Risksiz	27 (60.0)	28 (70.0)	31 (73.8)	32 (80.0)	118 (70.7)
Riskli	18 (40.0)	12 (30.0)	11 (26.2)	8 (20.0)	49 (29.3)
Bel / Boy Sınıflaması					
Risksiz	4 (8.9)	15 (38.5)	24 (57.1)	25 (62.5)	68 (41.0)
Riskli	41 (91.1)	24 (61.5)	18 (42.9)	15 (37.5)	98 (59.0)
Frekans Analizi					

Tablo 4.6’da bireylerin BKİ, bel çevresi, bel/kalça ve bel/boy oranları gibi antropometrik ölçümlerinin kuşaklara göre dağılımları verilmiştir. DSÖ’ye göre BKİ değerinin sınıflandırmasında preobez grupta yer alan bireylerin oranlarına bakıldığında yaşla birlikte azalacak şekilde; Bebek Patlaması Kuşağı’nın %60’ının, X Kuşağı’nın

%45'inin, Y Kuşığı'nın %21.4'ünün ve Z Kuşığı'nın %20'sinin preobez grubunda yer aldığı saptanmıştır. BKİ değerine göre sınıflandırmada normal grupta yer alan bireylerin oranına bakıldığında ise yaş ilerledikçe azalacak şekilde; Z Kuşığı'ndaki bireylerin %72.5'inin, Y Kuşığı'ndaki bireylerin %54.8'inin, X Kuşığı'ndaki bireylerin %32.5'inin ve Bebek Patlaması Kuşığı'ndaki bireylerin %26.7'sinin normal grupta yer aldığı saptanmıştır.

DSÖ'nün bel çevresi sınıflandırmasına göre "normal" grupta yer alan bireylerin oranlarına bakıldığında yaş ilerledikçe azalacak şekilde; Z Kuşığı'nın %70'inin, Y Kuşığı'nın %69'unun, X Kuşığı'nın %52.5'inin ve Bebek Patlaması Kuşığı'nın %31.1'inin normal olarak sınıflandırıldığı görülmüştür. Aynı zamanda bel çevresine göre "yüksek risk" altında olma oranının yaş ilerledikçe artacak şekilde; Z Kuşığı'nda %3.0, Y Kuşığı'nda %19.0, X Kuşığı'nda %25.0 ve Bebek Patlaması Kuşığı'nda %35.6 olduğu saptanmıştır.

DSÖ'nün bel/kalça oranı sınıflandırmasına göre "riskli" grupta yer alan bireylerin oranının yaşla birlikte artacak şekilde; Z Kuşığı'nda %20.0, Y Kuşığı'nda %26.2, X Kuşığı'nda %30.0 ve Bebek Patlaması Kuşığı'nda %40.0 olduğu görülmüştür.

Kardiyovasküler hastalık riski açısından bir gösterge olan bel/boy oranının sınıflandırılmasına bakıldığında; "riskli" gruba dâhil olan bireylerin oranının yaşla birlikte artacak şekilde; Z Kuşığı'nda %37.5, Y Kuşığı'nda %42.9, X Kuşığı'nda %61.5 ve Bebek Patlaması Kuşığı'nda %91.1 olduğu görülmüştür.

4.4 Bireylerin Yeni Besin Korkusu Durumuna Yönelik Bulgular

Bu bölümde çalışmaya katılan bireylerin yeni besin korkusu durumuna göre bulguları verilmiştir.

Tablo 4.7: Bireylerin Yeni Besin Korkusu Ölçeği (FNS) Puanlarının Ortalama, Standart Sapma, Alt ve Üst Değerleri

Kuşaklar	n	\bar{x}	s	Alt Değer	Üst Değer	P
Bebek Patlaması Kuşağı	45	50.40 ^a	10,03	28	66	<0.001*
X Kuşağı	40	42.48 ^{ab}	10.76	24	68	
Y Kuşağı	42	34.83 ^{ab}	10.79	18	59	
Z Kuşağı	40	36.78 ^a	11.32	10	60	
Toplam	167	41.32	12.29	10	68	

One-Way Anova (LSD Testi)

^{a,b} *p<0.01

a: Bebek Patlaması Kuşağı diğer kuşaklardan farklı

b: X ve Y Kuşağı birbirinden farklı

Çalışmaya katılan tüm bireylerin FNS puanı ortalaması 41.32±12.29'dur. Bebek Patlaması, X, Y ve Z kuşaklarının FNS puanları sırasıyla; 50.40±10.03, 42.48±10.76, 34.83±10.79 ve 36.78±11.32 olarak hesaplanmıştır. Gruplar arası puan farkının hangi gruplardan kaynaklandığını tespit etmek adına Post-Hoc yöntemiyle LSD testi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda bebek patlaması kuşağındaki bireylerin (50.40±10.03); X Kuşağı (42.48±10.76), Y Kuşağı (34.83±10.79) ve Z Kuşağı (36.78±11.32) bireyelerine göre besin korkularının daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır (p<0.01). X Kuşağı bireyelerinde (42.48±10.76) Y Kuşağı (34.83±10.79) ve Z Kuşağı (36.78±11.32) bireyelerine göre besin korkusunun daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Y Kuşağı ve Z kuşağı bireyelerinde ise istatistiki olarak anlamlı bir farkın bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Tablo 4.7).

Tablo 4.8: Bireylerin Yeni Besin Korkusu Ölçeği (FNS) Puanlarına Göre Dağılımları

Yeni Besin Korkusu Düzeyi	Kuşaklar									p*	
	Bebek Patlaması Kuşağı		X Kuşağı		Y Kuşağı		Z Kuşağı		Toplam		
	n	%	n	%	n	%	n	%	n		%
Neofilik	2	5.9	5	14.7	15	44.1	12	35.3	34	20.4	0.000
Nötr	23	22.8	28	27.7	25	24.8	25	24.8	101	60.5	
Neofobik	20	62.5	7	21.9	2	6.3	3	9.4	32	19.2	

*p<.0.01, Ki kare testi

Bireylerin yeni besin korkusu düzeyleri ile kuşak grupları arasındaki ilişkide; neofilik seviyesinde olan bireylerin %5.9'unun bebek patlaması kuşağında, %14.7'sinin X Kuşağı, %44.1'inin Y Kuşağı, %35.3'ünün Z Kuşağı olduğu tespit edilmiştir. Nötr düzeyde korkusu olan bireylerin %22.8'inin bebek patlaması kuşağı, %27.7'sinin X Kuşağı, %24.8'inin Y Kuşağı ve %24.8'inin Z Kuşağında olduğu; neofobik düzeyde olan bireylerde ise %62.5'inin bebek patlaması kuşağı, %21.9'unun X Kuşağı, %6.3'ünün Y Kuşağı ve %9.4'ünün Z Kuşağı'nda olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bireylerin yeni besin korkusu ölçeğinden aldıkları puanlar ile kuşaklar arasındaki ilişkide anlamlı farklılığın bulunup bulunmadığını tespit etmek için Ki-Kare analizi uygulanmıştır. Analiz sonucunda kuşak sınıflamaları ile ölçekten alınan puan sonucu oluşan gruplar arasında anlamlı bir farkın olduğu tespit edilmiştir (p<0.01) (Tablo 4.8).

Tablo 4.9: Bireylerin Kuşaklara ve Cinsiyetlerine Göre Yeni Besin Korkusu Ölçeği Puanı Ortalamaları (\bar{x}) ve Standart Sapmaları (s)

Kuşaklar	Cinsiyet	n	\bar{x}	s	p
Bebek Patlaması Kuşağı	Erkek	23	50.35	8.05	0.972
	Kadın	22	50.45	11.96	
X Kuşağı	Erkek	20	42.20	11.06	0.874
	Kadın	20	42.75	10.73	
Y Kuşağı	Erkek	21	35.67	10.64	0.623
	Kadın	21	34.00	11.15	
Z Kuşağı	Erkek	20	37.55	11.93	0.671
	Kadın	20	36.00	10.93	
Toplam	Erkek	84	41.69	11.80	0.699
	Kadın	83	40.95	12.83	

Bağımsız T Testi

Tablo 4.9’da bireylerin yeni besin korkusu ölçeğinden aldığı puanların cinsiyetlere ve kuşaklara göre ortalamaları ve standart sapmaları verilmiştir. Çalışmaya katılan erkek ve kadın bireylerin yeni besin korkusu ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır.

Tablo 4.10: Bireylerin Kuşaklara ve Aylık Gelir Durumlarına Göre Yeni Besin Korkusu Ölçeği Puanı Ortalamaları (\bar{x}) ve Standart Sapmaları (s)

	Gelir	n	\bar{x}	s	Alt Değer	Üst Değer	p
Bebek Patlaması Kuşağı	1000-3000 TL	10	51.90	9.93	33	64	0.084
	3000-6000 TL	26	52.12	9.50	28	66	
	6000 TL üzeri	9	43.78	9.95	28	60	
X Kuşağı	1000-3000 TL	7	50.86 ^a	9.16	41	68	0.044*
	3000-6000 TL	17	42.41	8.92	31	58	
	6000 TL üzeri	16	38.88 ^a	11.66	24	61	
Y kuşağı	1000-3000 TL	8	34.38	8.67	23	45	0.622
	3000-6000 TL	16	36.88	13.14	18	59	
	6000 TL üzeri	18	33.22	9.55	19	51	
Z kuşağı	1000-3000 TL	8	33.75	9.19	19	50	0.511
	3000-6000 TL	18	36.06	11.05	10	59	
	6000 TL üzeri	14	39.43	12.86	22	60	
Toplam	1000-3000 TL	33	43.03 ^c	12.51	19	68	0.041*
	3000-6000 TL	77	43.05 ^b	12.48	10	66	
	6000 TL üzeri	57	38.00 ^{cb}	11.40	19	61	

Kruskal Wallis Testi (LSD Testi)

*p < 0.05

a: X Kuşağı'nda 1000-3000 TL ve 6000 TL üzeri birbirinden farklı

b: 3000-6000 TL ve 6000 TL üzeri birbirinden farklı

c: 1000-3000 TL ve 6000 TL üzeri birbirinden farklı

Tablo 4.10'da farklı kuşaklarda yer alan bireylerin kuşaklarına ve aylık gelir düzeylerine göre FNS skoru ortalamaları ve standart sapmaları verilmiştir. Gruplar arasındaki farkı tespit etmek adına Kruskal Wallis testi yapılmıştır. Katılımcılardan X Kuşağı'nda olan bireylerde gelir grupları arasında anlamlı farkın bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır (p<0.05). Gruplar arası farkı ölçmek adına Post-Hoc analizi ile

LSD Testi uygulanmıştır. X Kuşığı'nda bulunan bireylerde 1000-3000 TL arasında geliri bulunanların, 6000 TL üzeri geliri bulunanlara göre besin korkularının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. 6000 TL ve üzeri geliri bulunanların, 3000-6000 TL arası geliri olanlara göre besin korkularının düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların genelinde 3000-6000 TL geliri bulunanların, 6000 TL ve üzeri geliri bulunanlara göre besin korkularının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($p<0.05$) (Tablo 4.10).

Tablo 4.11: Bireylerin Kuşaklara ve Eğitim Durumlarına Göre Yeni Besin Korkusu Ölçeği (FNS) Puanı Ortalamaları (\bar{x}) ve Standart Sapmaları (s)

Kuşaklar	Eğitim	n	\bar{x}	s	Alt Değer	Üst Değer	P
Bebek Patlaması Kuşağı	İlköğretim	19	53.79	8.78	33	66	0.153
	Lise	18	48.00	10.49	28	62	
	Üniversite	8	47.75	10.65	28	63	
X Kuşağı	İlköğretim	17	47.76 ^a	9.95	32	68	0.022*
	Lise	12	39.33	11.75	24	55	
	Üniversite	11	37.73 ^a	7.55	29	50	
Y Kuşağı	İlköğretim	3	31.67	8.02	24	40	0.788
	Lise	17	36.00	9.55	23	51	
	Üniversite	22	34.36	12.21	18	59	
Z Kuşağı	İlköğretim	1	36.00	-	36	36	0.490
	Lise	27	38.26	11.56	22	60	
	Üniversite	21	33.50	11.12	10	46	
Toplam	İlköğretim	40	49.13 ^{bc}	10.90	24	68	<0.001*
	Lise	74	40.28 ^c	11.59	22	62	
	Üniversite	53	36.89 ^b	11.67	10	63	

Kruskal Wallis Testi

*p < 0.05

a: X Kuşağı'nda ilköğretim ve üniversite birbirinden farklı

b: İlköğretim ve üniversite birbirinden farklı

c: İlköğretim ve lise birbirinden farklı

Tablo 4.11'de farklı kuşaklarda yer alan bireylerin kuşaklarına ve eğitim düzeylerine göre FNS skoru ortalamaları ve standart sapmaları verilmiştir. Anlamli farklılığı tespit etmek adına Kruskal Wallis Testi yapılmıştır. Katılımcılardan X Kuşağı'nda olan bireylerde eğitim grupları arasında anlamlı farkın bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır (p<0.05). Gruplar arası anlamlı farkı tespit etmek adına Post-Hoc yönteminde yer alan LSD Testi kullanılmıştır. X kuşağında yer alan ilköğretim mezunlarının, üniversite mezunlarına göre besin korkularının yüksek olduğu; lise

mezunlarının, ilköğretim mezunlarına göre besin korkularının düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($p<0.05$). Katılımcıların eğitim durumlarına göre değerlendirme yapıldığında ilköğretim mezunlarının, lise mezunlarına ve üniversite mezunlarına göre besin korkularının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($p<0.05$). Katılımcılarda Y Kuşağı, Z Kuşağı ve Bebek Patlaması Kuşağı'na göre eğitim gruplarında anlamlı fark bulunmamıştır (Tablo 4.11).

Tablo 4.12: Bireylerin Yeni Besin Korkusu Durumlarına Göre Antropometrik Ölçümlerinin Dağılımı

		Boy Uzunluğu (cm)	Vücut Ağırlığı (kg)	Bel Çevresi (cm)	Kalça Çevresi (cm)	Bel/Boy Oranı	Bel/Kalça Oranı	BKI (kg/m^2)
Neofilik (n=34)	\bar{x}	170.74	72.23	84.88	102.85	0.50	0.82	24.62
	s	9.55	17.34	15.86	10.05	0.08	0.09	4.85
	Alt	148	47.00	60.00	86.00	0.36	0.66	18.36
	Üst	192	120.00	129.00	125.00	0.70	1.05	36.80
Nötr (n=101)	\bar{x}	171.17	74.90	88.12	105.43	0.51	0.83	25.47
	s	9.00	16.35	16.15	11.08	0.09	0.09	4.87
	Alt	150	46.30	61.00	85.00	0.36	0.66	18.20
	Üst	191	115.00	150.00	155.00	0.90	1.02	39.33
Neofobik (n=32)	\bar{x}	165.81	68.52	84.69	103.06	0.52	0.83	25.35
	s	10.12	14.30	12.15	12.36	0.09	0.06	4.88
	Alt	150	44.60	63.00	85.00	0.38	0.70	17.37
	Üst	189	113.40	107.00	146.00	0.86	0.95	42.16

Frekans Analizi

Tablo 4.12'de bireylerin yeni besin korkusu düzeylerine göre antropometrik ölçümlerinin ortalama, standart sapma, alt ve üst değerleri verilmiştir.

Bireylerin yeni besin korkusu düzeylerine göre boy uzunlukları ortalaması incelendiğinde; neofilik bireylerin 170.74 ± 9.55 cm, nötr bireylerin 171.17 ± 9.00 cm ve neofobik bireylerin 165.81 ± 10.12 cm'dir. Vücut ağırlıkları ortalamalarına bakıldığında; neofilik bireylerin 72.23 ± 17.34 kg, nötr bireylerin 74.90 ± 16.35 kg ve

neofobik bireylerin 68.52 ± 14.30 kg'dır. Bel çevresi ortalamaları; neofilik bireylerin 84.88 ± 15.86 cm, nötr bireylerin 88.12 ± 16.15 cm ve neofobik bireylerin 84.69 ± 12.15 cm olarak hesaplanmıştır. Bireylerin kalça çevresi ortalamaları incelendiğinde; neofiliklerin 102.85 ± 10.05 cm, nötrlerin 105.43 ± 11.08 cm ve neofobiklerin 103.06 ± 12.36 cm olarak saptanmıştır. Bel/boy oranı ortalaması neofilik bireyler için 0.50 ± 0.08 , nötr bireyler için 0.51 ± 0.09 ve neofobik bireyler için 0.52 ± 0.09 olarak hesaplanmıştır. Bireylerin bel/kalça oranları; neofilik bireyler için 0.82 ± 0.09 , nötr bireyler için 0.83 ± 0.06 ve neofobik bireyler için 0.83 ± 0.06 olarak hesaplanmıştır. BKİ değerlerinin ortalaması; neofilik bireylerde 24.62 ± 4.85 kg/m², nötr bireylerde 25.47 ± 4.87 kg/m² ve neofobik bireylerde 25.35 ± 4.88 kg/m² olarak saptanmıştır.

Tablo 4.13: Bireylerin Yeni Besin Korkusu Durumlarına Göre Antropometrik Ölçümlerinin Sınıflandırılması

	Neofilik (n=34) n (%)	Nötr (n=101) n (%)	Neofobik (n=32) n (%)
BKİ Değeri Sınıflandırması			
Zayıf	2 (5.9)	1 (1.0)	2 (6.3)
Normal	17 (50.0)	48 (47.5)	12 (37.5)
Preobez	11 (32.4)	35 (34.7)	16 (50.0)
Obezite Sınıfı I	2 (5.9)	12 (12.1)	-
Obezite Sınıfı II	2 (5.9)	5 (5.0)	1 (3.2)
Obezite Sınıfı III	-	-	1 (3.2)
Bel Çevresine Göre Risk Grubu			
Normal	21 (61.8)	52 (51.5)	19 (59.4)
Risk	4 (11.8)	24 (23.8)	8 (25.0)
Yüksek Risk	9 (26.5)	25 (24.8)	5 (15.6)
Bel Kalça Oranına Göre Risk Grubu			
Normal	24 (70.6)	69 (68.3)	25 (78.1)
Riskli	10 (29.4)	32 (31.7)	7 (21.9)
Bel Boy Oranına Göre Risk Grubu			
Normal	15 (44.1)	42 (41.6)	12 (37.5)
Riskli	19 (55.9)	59 (58.4)	20 (62.5)

Frekans Analizi

Tablo 4.13'te araştırmaya katılan bireylerin yeni besin korkusu durumlarına göre antropometrik ölçümlerinin sınıflandırılması verilmiştir. BKİ değeri sınıflandırılmasına bakıldığında neofilik bireylerin %5.9'unun, nötr bireylerin yalnızca %1.0'inin ve neofobik bireylerin %6.3'ünün "zayıf" grubunda yer aldığı, neofilik bireylerin %50.0'sinin, nötr bireylerin %47.5'inin ve neofobik bireylerin %37.5'inin "normal" grupta, neofilik bireylerin %32.4'ünün, nötr bireylerin %34.7'sinin ve neofobik bireylerin %50.0'sinin "preobez" grubunda ve neofilik bireylerin %5.9'unun "1.sınıf obezite" %5.9'unun ise "2.sınıf obezite" grubunda yer

aldığı, nötr bireylerin %12.1'inin "1.sınıf obezite" %5.0'inin ise "2.sınıf obezite" grubunda yer aldığı, neofobik bireylerin ise %3.2'sinin "2.sınıf obezite" ve %3.2'sinin "3.sınıf obezite" grubunda yer aldığı saptanmıştır.

Bel çevresine göre risk sınıflandırılmasına bakıldığında neofilik, nötr ve neofobik bireylerin sırasıyla: %61.8, %51.2 ve %59.4'ünün "normal" grupta yer aldığı, %11.8, %23.8 ve %25.0'inin "risk" grubunda yer aldığı ve %26.5, %24.8, %15.6'sının ise "yüksek risk" grubunda yer aldığı görülmektedir.

Bel/kalça oranı sınıflandırmasında neofilik bireylerin %29.4'ünün, nötr bireylerin %31.7'sinin ve neofobik bireylerin %21.9 oranla "riskli" grupta yer aldıkları saptanmıştır.

Bireylerin bel/boy oranları incelendiğinde neofilik bireylerin %55.9'unun, nötr bireylerin %58.4'ünün ve neofobik bireylerin %62.5'inin "riskli" grupta yer aldıkları belirlenmiştir.

4.5 Bireylerin Çeşitli Besinleri Deneme ve Hoşlanma Durumlarına

İlişkin Bulgular

Bu kısımda bireylerin çeşitli besin ve besin gruplarını deneme ve hoşlanma durumlarına ilişkin veriler verilmiştir.

Tablo 4.14: Bireylerin Yeni Besin Korkusu Durumlarına Göre Denedikleri Besinlerin Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri

	Besin Sayısı	Neofilik		Nötr		Neofobik		Toplam		p
		\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	
Süt ve Süt Ürünleri	11	10.76 ^a	0.60	10.66 ^b	0.62	10.19 ^{ab}	0.93	10.59	0.71	0.001*
Sebze	35	34.76	0.60	34.42	1.68	34.53	1.16	34.51	1.43	0.470
Meyve	30	29.50 ^a	0.90	28.88 ^b	1.34	27.00 ^{ab}	1.90	28.65	1.62	<0.001*
Kurubaklagiller	6	5.91	0.29	5.83	0.42	5.75	0.51	5.83	0.42	0.296
Kuruyemişler	7	7.00	0.00	6.96	0.24	7.00	0.00	6.98	0.19	0.417
Yumurta, Et ve Sakatatlar	15	13.53	1.02	13.35	1.93	12.97	1.62	13.31	1.72	0.399
Ekmek Türleri	8	7.82	0.39	7.78	0.63	7.78	0.79	7.79	0.62	0.941
Tahıl Ürünleri	6	5.97 ^{ac}	0.17	5.71 ^{bc}	0.67	4.81 ^{ab}	1.00	5.59	0.78	<0.001*
Fast Food ve Atıştırmalıklar	19	18.97 ^a	0.17	18.72	1.11	18.31 ^a	1.15	18.69	1.02	0.029*

Anova Analizi

^{a,b,c} *p < 0.05

a: Neofobik ve neofilik birbirinden farklı

b: Neofobik ve nötr birbirinden farklı

c: Neofilik ve nötr birbirinden farklı

Tablo 4.14'te bireyler yeni besin korkusu durumlarına göre sınıflandırılmış ve daha önce denedikleri besinlerin ortalama sayılarına yer verilmiştir.

Katılımcıların besin korkusu düzeylerine göre denedikleri besin sayısı değerlendirmesi yapıldığında süt ve süt ürünleri, meyve, tahıl ürünleri ve fast food atıştırmalıklarında istatistiksel olarak gruplar arasında anlamlı fark bulunmuştur

($p < 0.05$). Bu farkı tespit etmek adına yapılan Post-Hoc analizinde LSD testi kullanılmıştır. Bu değerlendirmeye göre neofobik bireylerin diğer bireylere kıyasla süt ve süt ürünleri, meyve türleri ve tahıl ürünlerinden daha az sayıda besin denedikleri ve fast-food ve atıştırmalık tarzı besinlerden neofilik bireylere kıyasla daha az sayıda besin denedikleri saptanmıştır ($p < 0.05$).

Yeni besin korkusu durumlarına göre bireylerin denedikleri sebze, kuruyemiş, yumurta ve et ürünleri ve ekmek türleri sayısı arasında istatistiksel yönden anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p > 0.05$).

Tablo 4.15: Bireylerin Kuşaklara Göre Denedikleri Besinlerin Ortalaması (\bar{x}) ve Standart Sapması (s)

	Besin Sayısı	Kuşaklar									Toplam	p
		Bebek Patlaması Kuşağı		X Kuşağı		Y Kuşağı		Z Kuşağı				
		\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}		
Süt ve Süt Ürünleri	11	10.51 ^a	0.63	10.42 ^b	0.98	10.88 ^{abc}	0.33	10.55 ^c	0.71	10.59	0.71	0.019*
Sebze	35	34.76 ^d	0.77	34.62	1.61	34.71	0.99	33.90 ^d	1.97	34.51	1.43	0.020*
Meyve	30	27.47 ^{ade}	1.97	28.95 ^e	1.34	29.67 ^{ac}	0.69	28.60 ^{cd}	1.28	28.65	1.62	<0.001*
Kurubaklagiller	6	5.91	0.29	5.85	0.43	5.83	0.49	5.72	0.45	5.83	0.42	0.235
Kuruyemişler	7	7.00	0.00	6.92	0.35	6.98	0.15	7.00	0.00	6.98	0.19	0.232
Yumurta, Et ve Sakatatlar	15	13.67 ^d	1.15	13.45 ^f	1.74	13.64 ^c	1.79	12.42 ^{cdf}	1.92	13.31	1.72	0.002*
Ekmek Türleri	8	7.87	0.40	7.65	1.00	7.83	0.49	7.80	0.40	7.79	0.62	0.402
Tahıl Ürünleri	6	5.24 ^{ad}	0.93	5.40 ^b	1.01	5.95 ^{ab}	0.22	5.80 ^d	0.46	5.59	0.78	0.000*
Fast Food ve Atıştırmalıklar	19	18.49 ^{ad}	0.99	18.40	1.71	18.98 ^a	0.15	18.92 ^d	0.35	18.69	1.02	0.014*

Anova Analizi

a,b,c,d,e,f *p < 0.05

a: Bebek Patlaması ve Y Kuşağı birbirinden farklı

b: X ve Y Kuşağı birbirinden farklı

c: Y ve Z Kuşağı birbirinden farklı

d: Bebek Patlaması ve Z Kuşağı birbirinden farklı

e: Bebek Patlaması ve X Kuşağı birbirinden farklı

f: X ve Z Kuşağı birbirinden farklı

Tablo 4.15'te bireyler buldukları kuşaklara göre sınıflandırılıp, kuşakların daha önce denedikleri besinlerin ortalama sayılarına yer verilmiştir.

Katılımcıların kuşaklarına göre denedikleri besin sayısı değerlendirmesi yapıldığında süt ve süt ürünleri, sebze, meyve, yumurta, et ve sakatat ürünleri, tahıl ürünleri ve fast food atıştırmalıklarında istatistiksel olarak gruplar arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Bu farkı tespit etmek adına yapılan Post-Hoc analizinde LSD testi kullanılmıştır.

Y Kuşağı'ndaki bireylerin diğer kuşaklara kıyasla daha fazla süt ve süt ürünü besini denediği saptanmıştır ($p<0.05$).

Sebze ve meyve türlerinin deneme ortalamasına bakıldığında; Bebek Patlaması Kuşağı'ndaki bireylerin Z Kuşağı'ndaki bireylere kıyasla daha fazla sebze türü denediği ve tüm kuşaklara kıyasla daha az meyve türü denediği görülmektedir ($p<0.05$).

Yumurta, et ve sakatat türlerinin deneme sayıları incelendiğinde Z Kuşağı'ndaki bireylerin diğer tüm kuşaklara kıyasla istatistiksel olarak daha az çeşit denediği saptanmıştır.

Tahıl ürünlerine bakıldığında Bebek Patlaması Kuşağı'na dahil olan bireylerin Y ve Z Kuşağı'ndaki bireylere ve X Kuşağı'ndaki bireylerin Y Kuşağı'na kıyasla istatistiksel olarak daha az sayıda tahıl ürünü denedikleri görülmüştür.

Son olarak Bebek Patlaması Kuşağı'ndaki bireylerin Y ve Z Kuşağı'ndaki bireylere kıyasla daha az sayıda fast-food ve atıştırmalık türü denediği saptanmıştır ($p<0.05$).

Kuşaklara göre bireylerin denedikleri kurubaklagil, kuruyemiş ve ekmek türleri sayısı arasında istatistiksel yönden anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 4.16: Bireylerin Kuşaklara Göre Denedikleri Süt ve Süt Ürünlerini Sevme Durumlarının** Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri

Besinler	Kuşaklar								Toplam		p
	Bebek Patlaması Kuşağı		X Kuşağı		Y Kuşağı		Z Kuşağı		\bar{x}	s	
	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s			
Süt	3.73	1.03	4.30	0.52	3.89	1.27	4.02	1.05	3.98	1.02	0.071
Yoğurt	4.27	0.54	4.52	0.50	4.36	0.66	4.30	0.82	4.36	0.64	0.269
Beyaz Peynir	4.18	0.53	4.45	0.50	4.52	0.50	4.32	0.92	4.36	0.64	0.064
Tulum Peyniri	4.22	0.70	4.45 ^a	0.55	4.48 ^b	0.67	3.85 ^{ab}	1.25	4.25	0.86	0.030*
Kaşar Peynir	3.84 ^{cd}	0.80	4.20	0.65	4.33 ^c	0.84	4.48 ^d	0.68	4.20	0.78	0.010*
Krem Peynir	3.14 ^{cd}	1.05	3.63	1.17	3.90 ^c	1.08	4.05 ^d	1.04	3.67	1.13	0.010*
Lor Peyniri	3.98	0.78	4.00	1.06	3.78	1.16	3.67	1.28	3.86	1.08	0.456
Hellim Peyniri	3.44	0.93	4.00	1.00	3.72	1.04	4.00	1.20	3.78	1.05	0.091
Ayran	4.43	0.54	4.35	0.58	4.45	0.86	4.35	0.95	4.40	0.74	0.888
Kefir	3.46	1.34	3.43	1.19	3.02	1.33	2.74	1.67	3.16	1.42	0.103
Meyveli Yoğurt	2.91 ^d	1.25	3.42 ^a	1.46	3.57 ^b	1.33	4.51 ^{abd}	0.88	3.59	1.37	<0.001*

Anova Analizi
a,b,c,d *p < 0.05

** 5=Çok Severim 4=Severim 3=Kararsızım 2=Sevmem 1=Hiç Sevmem

a: X ve Z Kuşağı birbirinden farklı
b: Y ve Z Kuşağı birbirinden farklı

c: Bebek Patlaması ve Y Kuşağı birbirinden farklı
d: Bebek Patlaması ve Z Kuşağı birbirinden farklı

Bireylerden denedikleri süt ve süt ürünlerini sevme derecelerini 1 hiç sevmem, 5 çok severim olacak Şekilde 1'den 5'e kadar puanlamaları istenmiştir. Tablo 4.16'da bireylerin buldukları kuşaklara göre besinleri sevme puanların ortalamaları ve standart sapmaları verilmiştir. Bu veriler incelendiğinde tüm bireylerin süt ve süt ürünlerini çoktan aza olacak Şekilde; ayran, yoğurt, beyaz peynir, tulum peyniri, kaşar peynir, süt, lor peyniri, hellim peyniri, krem peynir, meyveli yoğurt ve kefir olarak puanladıkları görülmektedir. Çalışmada yer alan bireylerin süt ve süt ürünlerine verdikleri sevme puanlarının kuşaklara göre farkını değerlendirmek adına Post-Hoc tekniği ile LSD Testi yapılmıştır. Sonuçlar aşağıdaki gibidir:

Z Kuşağı'ndaki bireyler diğer tüm kuşaklara göre tulum peynirine daha düşük puan vermiştir ve bu farkın X ve Y Kuşağı'ndaki bireylere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir.

Bebek Patlaması Kuşağı'ndaki bireylerin diğer kuşaklara göre kaşar ve krem peynire daha az puan verdiği görülmektedir, verdikleri puanlar Y ve Z kuŐaklarıyla kıyaslandığında istatistiksel olarak anlamlı derecede daha azdır.

Z Kuşağı'ndaki bireylerin meyveli yoğurda verdikleri puan diğer tüm kuşaklara kıyasla daha fazladır ($p < 0.05$).

Süt, yoğurt, beyaz peynir, lor peyniri, hellim peyniri, ayran ve kefire verilen puanlar için kuşaklar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > 0,05$).

Tablo 4.17: Bireylerin Kuşaklara Göre Sebzeleri Sevme Durumlarının** Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri

Besinler	Kuşaklar										p
	Bebek Patlaması Kuşağı		X Kuşağı		Y Kuşağı		Z Kuşağı		Toplam		
	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	
Domates	4.33	0.67	4.60	0.54	4.33	0.61	4.48	1.01	4.43	0.73	0.283
Salatalık	4.38	0.49	4.58	0.55	4.52	0.50	4.62	0.77	4.52	0.59	0.238
Kuru Soğan	4.36	0.49	4.50 ^{ab}	0.72	3.83 ^a	1.27	3.82 ^b	1.39	4.13	1.08	0.040*
Sarımsak	4.20	0.81	4.20	0.94	4.00	1.10	3.92	1.29	4.08	1.04	0.526
Havuç	4.07	0.75	4.20	0.88	4.21	0.78	4.35	0.98	4.20	0.85	0.501
Yeşil Biber	4.22	0.64	4.48	0.68	4.14	0.90	4.20	1.20	4.26	0.88	0.334
K. Biber	4.18	0.72	4.52	0.55	4.40	0.66	4.18	1.06	4.32	0.78	0.102
Marul	4.29	0.59	4.35	0.62	4.12	0.83	4.25	0.95	4.25	0.76	0.563
Maydanoz	4.27 ^c	0.58	4.48 ^{ab}	0.55	3.64 ^{ac}	1.36	3.68 ^b	1.37	4.02	1.09	<0.001*
Nane	4.13	0.62	4.40	0.63	3.95	1.12	3.88	1.24	4.09	0.96	0.650
Roka	4.13	0.66	4.18	0.96	4.02	1.20	3.71	1.30	4.02	1.20	0.196
Semizotu	3.98	0.82	4.29	0.84	4.12	1.05	4.10	0.99	4.12	0.93	0.513
Tere	3.89	0.84	4.08	0.96	3.68	1.10	3.96	1.21	3.89	1.02	0.356
Dereotu	3.89	0.86	4.08	0.89	3.58	1.23	3.65	1.23	3.80	1.07	0.131
Taze Soğan	3.98	0.94	4.20	0.99	3.98	1.07	3.77	1.20	3.98	1.05	0.349
Turp	3.98	0.81	3.88	1.07	3.54	1.16	3.42	1.26	3.71	1.10	0.062
Patlıcan	4.27	0.75	3.95	1.06	3.95	0.85	4.12	1.07	4.08	0.94	0.333

Anova Analizi

^{a,b,c} *p < 0.05

a: X ve Y Kuşağı birbirinden farklı

b: X ve Z Kuşağı birbirinden farklı

c: Bebek Patlaması ve Y Kuşağı birbirinden farklı

** 5=Çok Severim 4=Severim 3=Kararsızım 2=Sevmem 1=Hiç Sevmem

Besinler	Kuşaklar									Toplam	p
	Bebek Patlaması Kuşağı		X Kuşağı		Y Kuşağı		Z Kuşağı				
	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}		
Pazı	3.41	1.16	3.77	0.96	3.41	1.18	3.39	1.26	3.50	1.14	0.402
Patates	4.33 ^d	0.56	4.38 ^b	0.74	4.36 ^c	0.82	4.88 ^{bde}	0.33	4.48	0.68	<0.001*
Pırasa	3.82	0.86	3.51	1.23	3.59	1.19	3.18	1.52	3.54	1.22	0.108
Ispanak	4.24	0.68	4.38	0.84	4.24	0.79	4.12	1.04	4.24	0.84	0.623
Lahana	4.00	0.80	4.05	0.90	3.52	1.11	3.68	1.33	3.81	1.06	0.065
Mantar	3.67 ^d	0.80	4.10	1.05	3.90	1.24	4.45 ^d	0.98	4.02	1.06	0.005*
Pancar	3.98	0.75	3.72	1.15	3.44	1.38	3.49	1.35	3.67	1.18	0.132
Kereviz	3.45	1.23	3.71 ^b	1.21	3.28	1.42	2.76 ^b	1.46	3.31	1.36	0.018*
Kabak	3.96	0.80	3.85	1.05	3.74	1.36	3.78	1.14	3.83	1.10	0.804
Karnabahar	3.87	0.97	4.00	1.04	3.80	1.27	3.68	1.20	3.84	1.12	0.643
Taze Fasulye	4.42	0.54	4.38	0.92	4.12	0.94	4.45	0.88	4.34	0.83	0.247
Mısır	3.60 ^{cd}	1.05	4.12 ^b	0.79	4.28 ^c	0.86	4.62 ^{bd}	0.58	4.14	0.92	<0.001*
Enginar	4.02 ^d	0.85	4.16 ^b	0.93	3.74	1.31	3.38 ^{bd}	1.29	3.82	1.14	0.011*
Bezelye	4.13	0.73	4.02	0.99	4.15	0.85	4.28	0.93	4.14	0.87	0.656
Bamya	4.07 ^d	0.97	3.88 ^b	1.34	3.73 ^e	1.30	2.92 ^{bde}	1.42	3.67	1.32	<0.001*
Börülce	4.04	0.88	4.03	1.08	3.92	1.25	3.69	1.21	3.93	1.10	0.494
Bakla	3.87 ^{cd}	1.01	3.51	1.27	3.17 ^c	1.34	3.11 ^d	1.43	3.43	1.29	0.024*
Asma Yaprağı	4.49	0.50	4.55	0.64	4.52	0.71	4.67	0.74	4.55	0.65	0.633

Anova Analizi
b,c,d,e *p < 0.05

** 5=Çok Severim 4=Severim 3=Kararsızım 2=Sevmem 1=Hiç Sevmem

b: X ve Z Kuşağı birbirinden farklı

c: Bebek Patlaması ve Y Kuşağı birbirinden farklı

d: Bebek Patlaması ve Z Kuşağı birbirinden farklı

e: Y ve Z Kuşağı birbirinden farklı

Çalışmadaki bireylerin en yüksek puan verdikleri sebzeler sırasıyla asma yaprağı, salatalık, patates, domates olup bunları taze fasulye, kırmızı biber ve yeşil biberin izlediği görülmektedir. En az puan verilen sebzelerin ise kereviz, bakla, pazı, pırasa, bamyaya ve pancar olduğu saptanmıştır (Tablo 4.17). Bireylerin sebze türlerinden hoşlanma durumlarının kuşaklara göre değişimini değerlendirmek adına Post-Hoc tekniği ile LSD Testi uygulanmıştır.

X Kuşağı'ndaki bireylerin diğer kuşaklara kıyasla kuru soğan ve maydanoza verdikleri puan daha fazladır, bu fark incelendiğinde puanların Y ve Z Kuşağı'ndaki bireylere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede fazla olduğu saptanmıştır.

Z Kuşağı'ndaki bireylerin diğer tüm kuşaklara kıyasla patatese verdikleri puan daha fazla ve bamyaya verdikleri puan daha azdır ($p < 0.05$). Z Kuşağı'ndaki bireylerin mantara verdikleri puan tüm kuşaklara kıyasla ve istatistiksel olarak anlamlı derecede Bebek Patlaması Kuşağı'na göre daha fazladır. Aynı zamanda Z Kuşağı'ndaki bireylerin kerevize verdikleri puanlar diğer kuşaklara göre ve istatistiksel olarak anlamlı derecede X Kuşağı'na kıyasla daha azdır.

Mısıra verilen puanlara bakıldığında en az puanı veren kuşak Bebek Patlaması iken en fazla puanı veren kuşak Z Kuşağı olmuştur. Baklaya verilen puanlara bakıldığında ise en az puanı veren kuşak Z Kuşağı, en fazla puanı veren kuşak ise Bebek Patlaması Kuşağı olmuştur. Bebek Patlaması Kuşağı'nın baklaya verdiği puan Y ve Z Kuşağı'na kıyasla istatistiksel olarak daha fazladır.

Diğer sebzelere verilen puanlar için kuşaklar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > 0.05$).

Tablo 4.18: Bireylerin Kuşaklara Göre Meyveleri Sevme Durumlarının** Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri

Besinler	Kuşaklar										p
	Bebek Patlaması Kuşağı		X Kuşağı		Y Kuşağı		Z Kuşağı		Toplam		
	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	
Ahududu	3.90 ^a	0.82	4.00 ^b	0.89	4.10	0.96	4.53 ^{ab}	0.56	4.15	0.85	0.009*
Ananas	3.96	0.75	4.06	1.07	4.12	1.12	4.48	0.69	4.15	0.97	0.192
Armut	4.11	0.61	4.25	0.90	4.40	0.66	4.20	0.94	4.24	0.78	0.369
Avokado	2.92 ^a	1.35	3.68	1.25	3.60	1.38	4.09 ^a	1.06	3.61	1.31	0.009*
Ayva	3.98	0.75	4.10	0.71	3.90	1.03	4.18	1.00	4.04	0.88	0.501
Böğürtlen	3.97 ^a	0.71	4.16	0.83	4.37	0.66	4.54 ^a	0.60	4.27	0.73	0.005*
Çilek	4.27	0.54	4.48	0.55	4.52	0.63	4.50	0.72	4.44	0.62	0.184
Dut	4.16	0.80	4.42	0.64	4.21	0.92	4.30	0.75	4.27	0.79	0.428
Elma	4.29	0.46	4.35	0.62	4.19	0.89	4.25	0.87	4.27	0.72	0.790
Erik	4.33	0.48	4.30	0.94	4.43	0.86	4.42	0.81	4.37	0.78	0.838
Greyfurt	2.92 ^{ac}	1.29	4.62 ^c	1.18	3.21	1.24	3.62 ^a	1.27	3.34	1.27	0.037*
Hurma	4.00 ^a	0.88	3.92 ^b	1.02	3.76	1.26	3.20 ^{ab}	1.38	3.73	1.18	0.009*
İncir	4.42 ^d	0.50	4.40 ^e	0.74	3.98 ^{de}	1.16	4.05	1.08	4.22	0.92	0.044*
Kuru İncir	4.22	0.76	4.08	0.92	3.71	1.06	3.90	1.10	3.98	0.98	0.086
Karpuz	4.62	0.53	4.60	0.54	4.67	0.75	4.82	0.38	4.68	0.57	0.284

Anova Analizi ** 5=Çok Severim 4=Severim 3=Kararsızım 2=Sevmem 1=Hiç Sevmem

a,b,c,d,e,f *p < 0.05

a: Bebek Patlaması ve Z Kuşağı birbirinden farklı

b: X ve Z Kuşağı birbirinden farklı

c: Bebek Patlaması ve X Kuşağı birbirinden farklı

d: Bebek Patlaması ve Y Kuşağı birbirinden farklı

e: X ve Y Kuşağı birbirinden farklı

Besinler	Kuşaklar									Toplam	p
	Bebek Patlaması Kuşağı		X Kuşağı		Y Kuşağı		Z Kuşağı				
	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s			
Kavun	4.44	0.66	4.62	0.54	4.62	0.79	4.72	0.64	4.60	0.67	0.271
Kayısı	4.20	0.62	4.42	0.68	4.14	1.09	4.35	0.83	4.28	0.83	0.380
Kuru Kayısı	4.04	0.74	4.00	1.05	3.98	1.02	4.05	1.00	4.02	0.95	0.981
Kiraz	4.18	0.53	4.38	0.77	4.43	0.67	4.35	0.83	4.33	0.71	0.379
Limon	4.24	0.61	4.30	0.85	4.33	0.79	4.52	0.55	4.35	0.71	0.305
Mandalina	4.31	0.47	4.42	0.64	4.43	0.63	4.40	0.78	4.39	0.63	0.804
Muz	4.20 ^{ad}	0.59	4.58 ^d	0.50	4.40	0.94	4.70 ^a	0.52	4.46	0.68	0.004*
Nar	4.02	0.78	3.98	1.07	4.28	0.94	4.12	1.11	4.10	0.98	0.484
Mango	3.67	1.12	3.40	1.19	3.73	1.24	4.25	1.34	3.73	1.24	0.207
Portakal	4.27	0.45	4.45	0.50	4.45	0.63	4.50	0.75	4.41	0.59	0.270
Şeftali	4.18 ^c	0.68	4.46	0.50	4.59 ^c	0.54	4.55	0.84	4.44	0.67	0.016*
Üzüm	4.27	0.50	4.38	0.74	4.36	0.69	4.48	0.85	4.36	0.70	0.596
Kuru Üzüm	4.07	0.72	4.05	0.90	3.71	1.13	3.95	0.97	3.94	0.94	0.290
Vişne	3.84	0.98	3.68	1.16	3.98	0.95	3.92	1.14	3.86	1.05	0.597
Kivi	3.58 ^b	1.12	3.88	0.96	4.07	0.97	4.20 ^b	0.89	3.93	1.01	0.033*

Anova Analizi ** 5=Çok Severim 4=Severim 3=Kararsızım 2=Sevmem 1=Hiç Sevmem

a,b,c,d,*p < 0.05

a,b: Bebek Patlaması ve Z Kuşağı birbirinden farklı

c: Bebek Patlaması ve Y Kuşağı birbirinden farklı

d: Bebek Patlaması ve X Kuşağı birbirinden farklı

Çalışmadaki bireylerin en yüksek puan verdikleri meyveler sırasıyla karpuz, kavun, muz, çilek olup bunları şeftali, portakal, mandalina ve üzümün izlediği görülmektedir. En az puan verilen meyvelerin ise greyfurt, avokado, mango ve hurma olduğu saptanmıştır (Tablo 4.18). Çalışmada yer alan bireylerin meyve türlerine verdikleri sevme puanlarının kuşaklara göre farkını değerlendirmek adına Post-Hoc tekniği ile LSD Testi yapılmıştır. Sonuçlar aşağıdaki gibidir:

Z Kuşağı'nın diğer kuşaklara kıyasla ahududuya en yüksek puanı verdiği ve değerler incelendiğinde farkın Bebek Patlaması ve X Kuşağı'na kıyasla istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<0,05$).

Avokado, böğürtlen, muz ve kiviye verilen puanlara bakıldığında en az puanı veren kuşağın Bebek Patlaması, en fazla puanı veren kuşağın ise Z Kuşağı olduğu ve tüm bu meyvelerin puanlarında aralarındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür ($p<0,05$).

Greyfurt için verilen puanlara bakıldığında en az puanı veren kuşağın Bebek Patlaması olduğu ve puanın X ve Y kuşaklarına göre anlamlı derecede az olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$).

Hurma ve incir için kuşakların verdiği puanlar incelendiğinde hurmaya en az puanı Z Kuşağı'nın, incire en az puanı Y Kuşağı'nın verdiği ve verdikleri puanların Bebek Patlaması ve X Kuşağı'na kıyasla anlamlı derecede az olduğu saptanmıştır ($p<0,05$).

Şeftali için verilen puanlar incelendiğinde ise en az puan veren Bebek Patlaması Kuşağı, en fazla puan veren Y Kuşağı'nın puanları arasında anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$).

Diğer meyvelere verilen puanlar için kuşaklar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > 0,05$).

Tablo 4.19: Bireylerin Kuşaklara Göre Kurubaklagilleri Sevme Durumlarının* Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri

Besinler	Kuşaklar										p
	Bebek Patlaması Kuşağı		X Kuşağı		Y Kuşağı		Z Kuşağı		Toplam		
	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	
Barbunya	4.18	0.72	4.20	0.76	3.68	1.27	4.02	1.00	4.02	0.97	0.056
Kuru Fasulye	4.31	0.63	4.30	0.76	4.14	0.98	4.12	0.94	4.22	0.83	0.620
Nohut	4.22	0.67	4.18	0.75	4.00	1.05	4.05	1.08	4.11	0.90	0.640
Yeşil Mercimek	4.09	0.91	4.30	0.66	4.10	0.98	3.80	1.24	4.07	0.98	0.145
Kırmızı Mercimek	4.24	0.64	4.32	0.62	4.32	0.76	4.30	0.94	4.30	0.74	0.958
Kuru Börülce	3.74	1.10	3.74	1.12	3.32	1.44	3.20	1.27	3.52	1.25	0.145

Anova Analizi

* 5=Çok Severim 4=Severim 3=Kararsızım 2=Sevmem 1=Hiç Sevmem

Bireylerin kurubaklagillere verdikleri puanlar çoktan aza doğru; kırmızı mercimek, kuru fasulye, nohut, yeşil mercimek, barbunya ve kuru börülce şeklindedir. Kurubaklagillere verilen puanlar için kuşaklar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$). (Tablo 4.19).

Tablo 4.20: Bireylerin Kuşaklara Göre Kuruyemişleri Sevme Durumlarının** Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri

Besinler	Kuşaklar										p
	Bebek Patlaması		X Kuşağı		Y Kuşağı		Z Kuşağı		Toplam		
	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	
Ayçiçek Çekirdeği	3.73 ^a	1.05	3.95	1.00	3.95	0.85	4.32 ^a	0.80	3.98	0.95	0.037*
Badem	4.20 ^b	0.59	4.48	0.50	4.43	0.59	4.68 ^b	0.47	4.44	0.56	0.001*
Ceviz	4.24	0.57	4.55	0.64	4.33	0.75	4.58	0.68	4.42	0.67	0.058
Fındık	4.24 ^c	0.57	4.45	0.64	4.48	0.55	4.65 ^c	0.58	4.45	0.60	0.018*
Kabak Çekirdeği	3.91	0.85	4.12	1.04	3.88	0.99	4.35	0.80	4.06	0.94	0.080
Antep Fıstığı	4.29 ^d	0.63	4.58	0.50	4.52	0.59	4.62 ^d	0.54	4.50	0.58	0.034*
Yer Fıstığı	3.87	0.81	4.03	1.05	4.10	1.00	4.42	0.93	4.10	0.96	0.057

Anova Analizi ** 5=Çok Severim 4=Severim 3=Kararsızım 2=Sevmem 1=Hiç Sevmem
a,b,c,d,*p < 0.05

a,b,c,d: Bebek Patlaması ve Z Kuşağı birbirinden farklı

Bireylerin kuruyemişlere verdikleri puanlar incelendiğinde çoktan aza doğru; antep fıstığı, fındık, badem, ceviz, yer fıstığı, kabak çekirdeği, ayçiçek çekirdeği şeklinde olduğu görülmektedir (Tablo 4.20).

Kuruyemişlere verilen puanlara bakıldığında tüm kuruyemiş çeşitlerine en az puanı veren kuşağın Bebek Patlaması, en az fazla puanı veren kuşağın Z Kuşağı olduğu görülmektedir. Bireylerin ayçiçeği, badem, fındık ve antep fıstığına verdikleri puanlarda kuşaklar arasındaki farkı ölçmek adına Post-Hoc tekniği ile LSD testi uygulanmıştır. Z Kuşağı'nın ayçiçek çekirdeği, badem, fındık ve antep fıstığı verdiği puanlar Bebek Patlaması Kuşağı'nın verdiği puanlara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı derecede fazladır (p<0,05).

Tablo 4.21: Bireylerin Kuşaklara Göre Yumurta, Et ve Sakatatları Sevme Durumlarının** Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri

Besinler	Bebek Patlaması Kuşağı		X Kuşağı		Y Kuşağı		Z Kuşağı		Toplam		p
	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	
Yumurta (Tavuk)	4.22	0.67	4.20	0.89	4.17	0.93	4.25	1.03	4.21	0.88	0.979
Yumurta (Bıldırcın)	3.52	1.06	3.72	1.14	3.58	1.24	3.93	1.33	3.64	1.17	0.691
Yumurta (Ördek/ Kaz)	3.54	1.05	3.33	0.98	2.80	1.32	3.25	1.71	3.21	1.18	0.403
Balık	4.11	0.74	4.12	0.96	4.22	1.13	4.22	1.05	4.17	0.97	0.923
Kalamar	3.59 ^{adg}	1.21	4.30 ^d	0.84	4.40 ^g	0.98	4.42 ^a	0.94	4.17	1.05	0.001*
Kırmızı Et	4.20	0.59	4.52	0.64	4.40	0.91	4.32	0.92	4.36	0.78	0.271
Tavuk	4.13	0.66	4.05	0.96	4.55	0.83	4.48	0.88	4.30	0.85	0.015*
Salam	2.36 ^{beh}	1.08	3.11 ^{ek}	1.12	3.43 ^h	1.47	3.90 ^{bk}	1.28	3.18	1.36	<0.001*
Sosis	2.31 ^{cfi}	1.04	3.08 ^{fi}	1.14	3.12 ^{im}	1.53	4.02 ^{clm}	1.21	3.11	1.38	<0.001*
Sucuk	3.96	0.80	4.15	0.89	3.98	1.14	4.42	0.87	4.12	0.94	0.086
Pastırma	3.48	1.09	3.45	1.27	3.39	1.46	3.63	1.57	3.48	1.34	0.890
Kokoreç	3.53	1.32	3.82	1.23	3.90	1.41	4.23	1.33	3.85	1.34	0.144
Beyin	3.19	1.31	3.51	1.17	3.20	1.59	3.67	1.49	3.37	1.39	0.429
Çiğer	3.82	0.89	3.80	1.28	3.85	1.42	3.76	1.60	3.81	1.28	0.993
İşkembe	3.30	1.32	3.58	1.15	3.28	1.62	3.88	1.60	3.49	1.43	0.261

Anova Analizi
a,b,c,d,e,f,g,h,i,k,l,m*p < 0.05

a,b,c: Bebek Patlaması ve Z Kuşağı birbirinden farklı
d,e,f: Bebek Patlaması ve X Kuşağı birbirinden farklı
g,h,i: Bebek Patlaması ve Y Kuşağı birbirinden farklı

** 5=Çok Severim 4=Severim 3=Kararsızım 2=Sevmem 1=Hiç Sevmem

k,l: X ve Z Kuşağı birbirinden farklı
m: Y ve Z Kuşağı birbirinden farklı

Çalışmadaki bireylerin en yüksek puan verdikleri yumurta, et ve sakatat ürünleri sırasıyla kırmızı et, tavuk, tavuk yumurtası olup bunları balık kalamar, sucuğun izlediği görülmektedir. En az puan verilenlerin ise sosis, salam, ördek/kaz yumurtası, beyin ve işkembe olduğu saptanmıştır (Tablo 4.21). Bireylerin kalamar, salam ve sosis türlerini sevme düzeylerinin kuşaklar arasındaki farklılığını tespit etmek adına Post-Hoc tekniğinden LSD testi kullanılmıştır. Sonuçlar aşağıdaki gibidir:

Bebek Patlaması Kuşağı'nın diğer tüm kuşaklara kıyasla kalamar, salam ve sosise en az puan veren kuşak olduğu saptanmıştır ($p<0.05$).

Tavuğa verilen puanlara bakıldığında Y Kuşağı'nın verdiği puan ortalamasının X Kuşağı'na kıyasla anlamlı derecede fazla olduğu görülmektedir ($p<0.05$).

Salam ve sosise en fazla puan veren kuşağın Z Kuşağı olduğu, sosis için diğer tüm kuşaklardan ve salam için Bebek Patlaması ve X Kuşağı'ndan istatistiksel olarak anlamlı derecede daha fazla puan verdikleri saptanmıştır ($p<0.05$).

Diğer yumurta, et ve sakatat ürünlerine verilen puanlar için kuşaklar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Tablo 4.22: Bireylerin Kuşaklara Göre Ekmek Türlerini Sevme Durumlarının** Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri

Besinler	Kuşaklar								Toplam		p
	Bebek Patlaması Kuşağı		X Kuşağı		Y Kuşağı		Z Kuşağı				
	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	
Beyaz Ekmek	3.60	1.01	3.80	1.02	4.00	0.96	4.00	1.11	3.84	1.03	0.214
Tam Buğday Ekmeği	4.02	0.66	4.05	0.77	3.78	1.16	4.22	0.92	4.02	0.90	0.174
Çavdar Ekmeği	3.74	0.79	3.95	0.77	3.78	1.17	4.10	1.01	3.89	0.95	0.306
Bazlama	3.66	1.14	3.90	1.10	4.05	1.21	4.22	0.97	3.95	1.12	0.122
Ekşi Mayalı Ekmek	3.72	1.18	3.95	0.96	3.55	1.28	3.86	1.10	3.76	1.14	0.440
Kepek Ekmeği	3.62	1.01	3.76	0.88	3.45	1.33	4.05	0.90	3.72	1.06	0.072
Mısır Ekmeği	3.58	1.06	3.76	1.01	3.46	1.27	3.92	1.04	3.67	1.10	0.283
Yufka	4.11	0.78	4.05 ^a	0.79	4.12	0.89	4.50 ^a	0.60	4.19	0.78	0.040*

Anova Analizi ** 5=Çok Severim 4=Severim 3=Kararsızım 2=Sevmem 1=Hiç Sevmem

^a*p < 0.05

a: X ve Z Kuşağı birbirinden farklı

Çalışmadaki bireylerin ekmek türlerine verdikleri puanların ortalamaları incelendiğinde çoktan aza doğru; yufka, tam buğday ekmeği, bazlama, çavdar ekmeği, beyaz ekmek, ekşi mayalı ekmek, kepek ekmeği ve mısır ekmeği şeklinde olduğu görülmektedir (Tablo 4.22). Bireylerin kuşaklarına göre yufkaya verdikleri sevme puanlarındaki anlamlı farklılığı anlamak adına Post-Hoc tekniği ile LSD Testi uygulanmıştır.

Z Kuşağı'nın verdiği sevme puanı ortalamasının, X Kuşağı'na kıyasla daha fazla olduğu saptanmıştır (p<0.05). Yufka dışındaki ekmek türlerine verilen puanlar için kuşaklar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Tablo 4.23: Bireylerin Kuşaklara Göre Tahıl Ürünlerini Sevme Durumlarının** Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri***

Kuşaklar												
Besinler	Bebek Patlaması Kuşağı		X Kuşağı		Y Kuşağı		Z Kuşağı		Toplam		p	
	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s		
Pirinç	3.80 ^a	1.12	4.05	0.75	4.24	0.85	4.42 ^a	0.71	4.12	0.90	0.010*	
Bulgur	4.31	0.56	4.25	0.78	4.31	0.75	4.52	0.55	4.35	0.67	0.267	
Makarna	4.29 ^b	0.63	4.28 ^f	0.64	4.43	0.77	4.78 ^{bf}	0.42	4.44	0.65	0.001*	
Galeta / Grissini	2.82 ^{cil}	1.17	3.54 ⁱ	0.95	3.63 ^l	1.13	3.95 ^c	1.01	3.49	1.14	<0.001*	
Kahvaltılık Gevreği	Mısır	2.36 ^{dkm}	1.15	3.27 ^{gk}	1.07	3.40 ^{mn}	1.34	4.51 ^{dgn}	0.76	3.41	1.14	<0.001*
Yulaf Ezmesi		2.46 ^h	1.22	2.82	1.12	3.29	1.33	3.88 ^h	1.27	3.19	1.34	<0.001*

Anova Analizi ** 5=Çok Severim 4=Severim 3=Kararsızım 2=Sevmem 1=Hiç Sevmem

a,b,c,d,e,f,g,h,i,k,l,m,n:*p < 0.05

a,b,c,d,e: Bebek Patlaması ve Z Kuşağı birbirinden farklı

f,g,h: X ve Z Kuşağı birbirinden farklı

i,k: Bebek Patlaması ve X Kuşağı birbirinden farklı

l,m: Bebek Patlaması ve Y Kuşağı birbirinden farklı

n: Y ve Z Kuşağı birbirinden farklı

Çalışmadaki bireylerin tahıl ürünlerine verdikleri puanların ortalamaları çoktan aza doğru sıralandığında; makarna, bulgur, pirinç, galeta, kahvaltılık mısır gevreği ve yulaf ezmesi şeklinde olduğu görülmektedir (Tablo 4.23). Bireylerin pirinç, makarna, galeta, mısır gevreği ve yulaf ezmesini sevme düzeylerinin kuşaklara göre farklılığını değerlendirmek adına Post-Hoc tekniğiyle LSD Testi yapılmıştır. Sonuçlar aşağıdaki gibidir:

Z Kuşağı'nın kahvaltılık mısır gevreğine verilen tüm kuşaklardan, makarnaya Bebek Patlaması ve X Kuşağı'ndan, yulaf ezmesi ve pirince ise Bebek Patlaması Kuşağı'ndan istatistiksel olarak daha fazla puan verdiği saptanmıştır ($p<0,05$).

Bebek Patlaması Kuşağı'ndaki bireylerin galeta ve kahvaltılık mısır gevreğine verdiği puanların ortalaması diğer kuşaklara kıyasla daha azdır ($p<0,05$).

Bulgura verilen puanlar için kuşaklar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 4.24: Bireylerin Kuşaklara Göre Fastfood ve Atıştırmalıklar Sevme Durumlarının** Ortalama (\bar{x}) ve Standart Sapma (s) Değerleri

Besinler	Kuşaklar									p	
	Bebek Patlaması Kuşağı		X Kuşağı		Y Kuşağı		Z Kuşağı		Toplam		
	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}	s	\bar{x}		s
Patates Cipsi	2.98 ^{ab}	1.10	3.16 ^{cd}	1.36	3.95 ^{bce}	1.23	4.62 ^{ade}	0.81	3.67	1.31	<0.001*
Çikolata	3.87 ^{ab}	0.94	4.15 ^d	0.74	4.38 ^{be}	0.96	4.82 ^{ade}	0.45	4.29	0.87	<0.001*
Bisküvi	3.67 ^a	0.98	3.74 ^d	0.91	3.95 ^c	0.94	4.55 ^{ade}	0.75	3.97	0.96	<0.001*
Kraker	3.56 ^a	1.01	3.74 ^d	1.02	3.81 ^e	0.94	4.52 ^{ade}	0.68	3.90	0.99	<0.001*
Kekler	3.62 ^a	1.01	3.82 ^d	0.87	3.98	0.95	4.48 ^{ad}	0.85	3.96	0.97	<0.001*
Pastalar	3.64 ^a	0.96	3.79 ^d	0.98	4.05	1.08	4.58 ^{ad}	0.75	4.01	1.01	<0.001*
Pizza	3.33 ^{abf}	1.07	4.13 ^{df}	0.83	4.36 ^b	0.98	4.78 ^{ad}	0.48	4.14	1.02	<0.001*
Kumpir	3.38 ^{ab}	1.17	3.69 ^d	1.03	4.10 ^{be}	1.16	4.72 ^{ade}	0.72	3.98	1.14	<0.001*
Kumru	3.70 ^a	1.01	3.87 ^d	1.02	4.21	0.98	4.55 ^{ad}	0.71	4.08	0.99	<0.001*
Boyo	3.96 ^a	0.90	4.02 ^d	0.87	4.24	1.12	4.72 ^{ad}	0.50	4.23	0.92	<0.001*
Gevrek (Simit)	4.31 ^a	0.76	4.48	0.55	4.45	0.89	4.82 ^a	0.45	4.51	0.71	0.007*
Midye Dolma	3.10 ^{abf}	1.24	3.92 ^f	1.08	4.28 ^b	1.13	4.45 ^a	1.01	3.94	1.22	<0.001*
Dondurma	4.18 ^a	0.86	4.38	0.77	4.45	0.92	4.68 ^a	0.76	4.41	0.84	0.056
Hamburger	3.07 ^{abf}	1.05	3.80 ^{cdf}	1.08	4.38 ^{bc}	1.03	4.80 ^{ad}	0.56	3.99	1.16	<0.001*
Döner/ İskender	4.16 ^a	0.80	4.50	0.51	4.48	0.86	4.80 ^a	0.69	4.47	0.76	0.001*
Lahmacun/Pide	4.31 ^a	0.70	4.48	0.50	4.55	0.74	4.75 ^a	0.81	4.52	0.71	0.039*
Gazlı İçecekler	3.16 ^{ab}	1.19	3.26 ^d	1.11	3.86 ^b	1.12	4.40 ^{ad}	1.10	3.66	1.23	<0.001*
Enerji İçecekleri	1.97 ^{abf}	0.80	2.79 ^{df}	1.27	3.05 ^{be}	1.43	4.49 ^{ade}	0.88	3.10	1.44	<0.001*
Hazır Meyve Suları	2.87 ^a	1.31	2.97 ^d	1.18	3.33	1.36	4.08 ^{ad}	1.25	3.30	1.35	<0.001*

Anova Analizi ** 5=Çok Severim 4=Severim 3=Kararsızım 2=Sevmem 1=Hiç Sevmem

a,b,c,d,e,f*p < 0.05

a: Bebek Patlaması ve Z Kuşağı birbirinden farklı b: Bebek Patlaması ve Y Kuşağı birbirinden farklı c: X ve Y Kuşağı birbirinden farklı
d: X ve Z Kuşağı birbirinden farklı e: Y ve Z Kuşağı birbirinden farklı f: Bebek Patlaması ve X Kuşağı birbirinden farklı

Çalışmadaki bireylerin en yüksek puan verdikleri fast food ve atıştırma ürünleri sırasıyla lahmacun/pide, simit, döner/iskender olup bunları dondurma, çikolata ve boyozun izlediği görülmektedir. En az puan verilenlerin ise enerji içecekleri, hazır meyve suları ve gazlı içecekler olduğu saptanmıştır. Tüm fastfood ve atıştırma ürünler için verilen puanların eski kuşaklardan yeni kuşaklara gidildikçe arttığı görülmektedir (Tablo 4.24). Bireylerin fastfood ve atıştırma türlerini sevme düzeylerinin kuşaklara göre farklılığını değerlendirmek adına Post-Hoc tekniğiyle LSD Testi yapılmıştır. Sonuçlar aşağıdaki gibidir:

Z Kuşağı'nın patates cipsi, çikolata, bisküvi, kraker, kumpir ve enerji içeceklerine verdiği puanlar diğer kuşaklara kıyasla istatistiksel olarak daha fazladır ($p<0.05$). Z Kuşağı'na dâhil olan bireylerin kekler, pastalar, pizza, kumru, hamburger, gazlı içecekler ve hazır meyve sularına verdiği puanlar, Bebek Patlaması ve X Kuşağı'nın verdikleri puanlardan istatistiksel açıdan anlamlı derecede fazladır ($p<0.05$). Z Kuşağı'nın simit, dondurma, döner/iskender, lahmacun/pide besinleri için verdiği puanların ise Bebek Patlaması Kuşağı'na kıyasla istatistiksel olarak anlamlı derecede daha fazla olduğu saptanmıştır ($p<0.05$).

Bebek Patlaması Kuşağı'ndaki bireylerin pizza, midye dolma, hamburger ve enerji içeceklerine verdiği puan ortalamasının diğer kuşaklara kıyasla istatistiksel yönden anlamlı derecede az olduğu saptanmıştır ($p<0.05$).

4.6 Bireylerin Besin Tüketimlerine Yönelik Bulgular

Bu bölümde çalışmaya katılan bireylerin 24 saatlik besin tüketimlerine göre enerji, mikro ve makro besin ögesi alım miktarlarına ve bu miktarların bireylerin günlük gereksinimini karşılama oranlarına dair bilgiler verilmiştir.

Tablo 4.25: Bireylerin Yeni Besin Korkusu Durumlarına Göre Enerji Ve Besin Ögesi Alımının Ortalama (\bar{x}), Standart Sapma (s), Alt Ve Üst Değerleri

	Neofilik (n=34)		Nötr (n=101)		Neofobik (n=32)		p
	$\bar{x} \pm s$	(Alt-Üst)	$\bar{x} \pm s$	(Alt-Üst)	$\bar{x} \pm s$	(Alt-Üst)	
Enerji (kcal)	1666.73±483.39	935.40-2667.67	1675.25±545.51	556.60-3708.31	1792.23±401.16	1248.95-2672.77	0.492
Protein (g)	71.39±24.59	31.47-117.57	66.98±24.96	19.30-151.82	71.94±16.91	37.76-105.69	0.457
Protein (%)	18.12±6.64	10.00-47.00	16.92±4.96	7.00-32.00	16.69±4.04	11.00-25.00	0.445
Yağ (g)	71.64±25.21	44.15-160.86	72.83±31.30	16.42-227.39	73.98±24.99	37.71-129.54	0.948
Yağ (%)	39.35±9.40	24.00-60.00	38.74±8.66	18.00-60.00	36.56±7.82	20.00-54.00	0.370
Karbonhidrat (g)	172.99±79.39	22.81-368.97	175.95±73.89	48.62-396.65	201.45±59.53	88.36-346.92	0.184
Karbonhidrat (%)	41.62±11.76	9.00-57.00	43.23±10.72	17.00-71.00	45.97±8.95	28.00-68.00	0.244
Doymuş yağ asidi (g)	24.74±11.45	9.13-69.85	25.76±13.03	6.16-98.13	26.54±11.28	9.18-47.67	0.838
Tekli doym. yağ (g)	25.88±9.76	10.81-46.58	25.36±13.21	4.15-101.39	24.14±8.49	10.14-48.13	0.822
Çoklu doym. yağ (g)	15.60±8.17	3.77-32.77	16.20±10.03	2.90-50.35	17.63±8.85	10.14-48.13	0.663
Kolesterol (mg)	322.30±263.02	21.00-1167.00	299.59±200.45	25.56-1005.00	297.51±157.69	28.00-699.20	0.844
Omega-3 (g)	1.83±1.23	0.48-6.14	1.66±1.69	0.25-11.96	1.76±1.44	0.41-6.52	0.848
Omega-6 (g)	13.45±7.46	2.88-31.67	14.40±9.49	2.39-48.84	15.43±8.16	3.69-39.26	0.663
Lif (gr)	18.90±8.07	2.03-35.51	19.52±8.32	5.99-43.69	21.08±8.51	6.80-41.27	0.537
Sakkaroz (g)	28.54±22.67	0.23-92.55	31.51±22.52	1.24-104.47	26.24±21.58	3.67-106.44	0.474

Anova Analizi

	Neofilik (n=34)		Nötr (n=101)		Neofobik (n=32)		p
	$\bar{x} \pm s$	(Alt-Üst)	$\bar{x} \pm s$	(Alt-Üst)	$\bar{x} \pm s$	(Alt-Üst)	
A vitamini (µg)	846.23±396.57	142.10-1885.71	1085.63±697.55	129.50-3885.93	1058.60±699.93	236.93-3908.20	0.174
E vitamini (mg)	15.57±7.98	4.86-37.59	17.21±10.55	2.78-51.02	16.46±8.03	6.63-36.59	0.681
K vitamini (µg)	286.52±128.32	106.45-658.00	335.35±215.12	69.77-1040.15	316.20±175.34	91.69-834.15	0.439
B1 vitamini (mg)	0.80±0.32	0.40-2.10	0.74±0.27	0.20-1.87	0.78±0.22	0.39-1.30	0.491
B2 vitamini (mg)	1.48±1.31	0.72-8.57	1.34±0.53	0.32-4.46	1.45±0.39	0.62-2.44	0.569
Niasin (mg)	25.07±10.37	8.57-49.88	22.58±9.75	7.97-60.95	22.25±6.87	11.25-34.32	0.361
Pant. Asit (mg)	4.76±2.41	1.89-16.69	4.72±2.66	0.96-19.74	4.63±1.75	1.70-9.49	0.977
B6 vitamini (mg)	1.42±0.54	0.50-3.26	1.31±0.77	0.30-7.36	1.25±0.45	0.55-2.84	0.617
Biotin (µg)	41.49±21.25	17.79-143.60	38.02±17.53	5.00-103.18	38.10±13.02	11.02-61.43	0.595
Folik Asit (µg)	254.01±88.73	78.10-451.05	265.06±11020	61.95-657.44	279.06±81.45	126.40-490.00	0.603
B12 vitamini (µg)	9.00±28.37	0.30-168.85	4.46±7.16	0.15-71.15	4.34±2.61	0.49-9.60	0.237
C vitamini (mg)	96.45±63.34	3.22-265.80	123.02±99.76	1.70-527.61	96.63±60.03	8.74-255.01	0.160

Anova Analizi

	Neofilik (n=34)		Nötr (n=101)		Neofobik (n=32)		p
	$\bar{x} \pm s$	(Alt-Üst)	$\bar{x} \pm s$	(Alt-Üst)	$\bar{x} \pm s$	(Alt-Üst)	
Potasyum (mg)	2324.62±638.50	1006.80-4082.98	2251.46±806.24	772.64-6050.42	2283.61±662.90	1117.93-4131.77	0.882
Kalsiyum (mg)	724.31±271.55	398.60-1368.95	753.67±361.46	112.65-2368.04	801.95±278.19	288.85-1631.99	0.627
Magnezyum (mg)	265.74±70.23	121.47-424.17	259.60±87.42	92.25-553.28	261.35±66.82	168.64-441.36	0.929
Fosfor (mg)	1190.60±383.71	486.40-2076.53	1132.53±363.09	486.40-2076.53	1229.94±325.63	663.94-2160.56	0.366
Demir (mg)	11.04±3.91	4.92-27.89	11.27±4.05	3.65-22.77	11.75±3.22	6.33-18.02	0.744
Çinko (mg)	9.65±3.26	4.07-17.16	9.20±3.92	2.83-24.85	9.99±3.42	4.43-16.78	0.539
Bakır (mg)	1.58±0.39	0.87-2.52	1.61±0.50	0.51-3.11	1.62±0.47	0.85-2.87	0.912

Anova Analizi

Çalışmadaki bireylerin en yüksek puan verdikleri fast food ve atıştırılmalık ürünleri sırasıyla lahmacun/pide, simit, döner/iskender olup bunları dondurma, çikolata ve boyozun izlediği görülmektedir. En az puan verilenlerin ise enerji içecekleri, hazır meyve suları ve gazlı içecekler olduğu saptanmıştır. Tüm fastfood ve atıştırılmalık ürünler için verilen puanların eski kuşaklardan yeni kuşaklara gidildikçe arttığı görülmektedir (Tablo 4.24). Bireylerin fastfood ve atıştırılmalık türlerini sevme düzeylerinin kuşaklara göre farklılığını değerlendirmek adına Post-Hoc tekniğiyle LSD Testi yapılmıştır. Sonuçlar aşağıdaki gibidir:

Z Kuşağı'nın patates cipsi, çikolata, bisküvi, kraker, kumpir ve enerji içeceklerine verdiği puanlar diğer kuşaklara kıyasla istatistiksel olarak daha fazladır ($p<0.05$). Z Kuşağı'na dâhil olan bireylerin kekler, pastalar, pizza, kumru, hamburger, gazlı içecekler ve hazır meyve sularına verdiği puanlar, Bebek Patlaması ve X Kuşağı'nın verdikleri puanlardan istatistiksel açıdan anlamlı derecede fazladır ($p<0.05$). Z Kuşağı'nın simit, dondurma, döner/iskender, lahmacun/pide besinleri için verdiği puanların ise Bebek Patlaması Kuşağı'na kıyasla istatistiksel olarak anlamlı derecede daha fazla olduğu saptanmıştır ($p<0.05$).

Bebek Patlaması Kuşağı'ndaki bireylerin pizza, midye dolma, hamburger ve enerji içeceklerine verdiği puan ortalamasının diğer kuşaklara kıyasla istatistiksel yönden anlamlı derecede az olduğu saptanmıştır ($p<0.05$).

Tablo 4.26: Bireylerin Yeni Besin Korkusu Durumlarına Göre Besin Ögesi Alım Miktarlarının Günlük Gereksinimi Karşılama Oranları Ortalaması (\bar{x})

	Neofilik	Nötr	Neofobik	p
Besin Öğeleri	%\bar{x}	%\bar{x}	%\bar{x}	
Enerji	69.82 ^a	71.90 ^b	83.20 ^{ab}	0.004*
Protein	181.18	169.21	166.88	
(Enerji %10-15)	-	-	-	0.445
	120.78	112.80	111.25	
CHO (Enerji %55-60)	75.67	78.60	83.58	
	-	-	-	0.244
	69.36	72.05	76.61	
Yağ (Enerji %20-30)	196.76	193.71	182.81	
	-	-	-	0.370
	131.18	129.14	121.88	
A Vitamini	107.66	137.44	135.98	0.220
E Vitamini	103.81	114.75	109.72	0.681
K Vitamini	280.93	321.84	310.76	0.559
C Vitamini	107.17	136.69	107.36	0.160
B1 Vitamini	69.65	63.93	67.96	0.389
B2 Vitamini	125.72	113.11	121.73	0.486
Niasin	167.60	149.91	149.77	0.330
B6 Vitamini	108.36	96.27	87.61	0.261
Biotin	138.30	126.72	126.99	0.595
Folik Asit	63.50	66.26	69.76	0.603
B12 Vitamini	374.93	185.93	180.99	0.237
Pant. Asit	95.22	94.36	92.69	0.977
Kalsiyum	71.02	71.03	70.52	0.997
Magnezyum	75.58	71.64	71.68	0.675
Fosfor	170.08	161.79	175.71	0.366
Demir	90.66	98.94	110.96	0.201
Çinko	92.21	87.14	95.45	0.440
Bakır	175.10	178.76	180.42	0.912
Diyet Posası	71.72	73.92	83.03	0.278
Omega-3	144.17	121.84	137.40	0.573
Omega-6	95.69	101.16	119.49	0.195

Anova Analizi

^{a,b}*p < 0.05

a: Neofobik ve neofilik birbirinden farklı

b: Neofobik ve nötr birbirinden farklı

Bireylerin 24 saatlik besin tüketimlerine göre enerji, mikro ve makro besin ögesi alım miktarlarının günlük gereksinimi karşılama oranları (%) hesaplanmış ve yeni besin korkusu seviyelerine göre bu değerlerin ortalamaları Tablo 4.26'da verilmiştir.

Bireylerin enerji gereksinimlerini karşılama oranları neofilik bireyler için %69.82, nötr bireyler için %71.90 ve neofobik bireyler için %83.20 olarak hesaplanmış ve gruplar arasında farklılık saptanmıştır ($p<0.05$). Farklılığın hangi gruplar arasında olduğu Post Hoc (LSD Testi) analizi ile incelendiğinde neofobik bireylerin enerji gereksinimini karşılama oranlarının neofilik bireylere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı derecede fazla olduğu görülmüştür ($p<0.05$).

Diğer besin ögelerin karşılanma oranları açısından neofilik, nötr ve neofobik bireyler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 4.27: Bireylerin Kuşaklara Göre Enerji Ve Besin Ögesi Alımının Ortalama (\bar{x}), Standart Sapma (s), Alt Ve Üst Değerleri

	Kuşaklar								p
	Bebek Patlaması Kuşağı		X Kuşağı		Y Kuşağı		Z Kuşağı		
	$\bar{x} \pm s$	Alt Üst	$\bar{x} \pm s$	Alt Üst	$\bar{x} \pm s$	Alt Üst	$\bar{x} \pm s$	Alt Üst	
Enerji (kcal)	1580.31±327.16	1000.86 2377.84	1672.57±513.33	556.60 2702.83	1717.24±609.70	716.07 3708.31	1826.93±537.56	675.60 2838.00	0.161
Protein (g)	69.05±19.23	32.68 130.49	70.46±22.74	28.85 121.01	66.32±26.16	24.78 151.82	69.59±26.36	19.30 129.22	0.872
Protein (%)	18.15±4.62	11.00 32.00	17.75±4.41	11.00 28.00	16.55±6.74	9.00 47.00	15.92±4.34	7.00 25.00	0.170
Yağ (g)	68.67±19.76	31.68 120.62	71.50±28.16	24.75 149.94	74.38±34.87	28.20 227.39	77.12±31.50	16.42 144.44	0.571
Yağ (%)	38.78-7.77	22.00 56.00	38.40±7.92	20.00 55.00	38.83±9.43	21.00 60.00	37.72±9.73	18.00 57.00	0.936
Karbonhidrat (g)	164.97±51.40	80.26 305.18	177.50±73.74	52.99 346.92	183.75±89.80	22.81 396.65	196.44±71.81	59.72 314.19	0.252
Karbonhidrat (%)	42.67±8.62	27.00 62.00	43.02±9.94	17.00 68.00	43.26±12.94	9.00 70.00	44.85±11.06	20.00 71.00	0.802
Doymuş yağ asidi (g)	25.21±9.89	9.02 47.53	24.14±10.34	8.89 48.31	25.88±15.83	9.25 98.13	27.64±12.71	6.16 59.21	0.640
Tekli doymamış yağ (g)	23.55±7.94	9.10 48.29	24.68±10.38	8.38 53.12	27.14±15.60	9.82 101.39	25.67±12.01	4.15 60.53	0.541
Çoklu doymamış yağ (g)	14.75±7.79	2.90 29.21	16.84±9.88	3.30 45.37	16.04±10.00	3.02 50.35	18.00-10.06	2.98 42.39	0.450
Kolesterol (mg)	272.99±151.19	28.00 600.15	322.26±219.65	33.60 1005.00	300.78±198.09	26.60 929.75	323.24±254.13	21.00 1167.00	0.645

Anova Analizi

Kuşaklar									
	Bebek Patlaması Kuşağı		X Kuşağı		Y Kuşağı		Z Kuşağı		p
	$\bar{x} \pm s$	Alt Üst	$\bar{x} \pm s$	Alt Üst	$\bar{x} \pm s$	Alt Üst	$\bar{x} \pm s$	Alt Üst	
Omega-3 (g)	1.73±1.90	0.38 9.90	1.53±1.12	0.31 6.72	1.73±1.79	0.47 11.96	1.86±1.23	0.25 6.32	0.814
Omega-6 (g)	12.99±7.04	2.51 27.81	14.76±9.60	2.99 43.86	14.05±9.31	2.44 48.84	16.01±9.39	2.39 36.06	0.462
Lif (gr)	21.27±8.54	8.05 41.27	20.09±8.98	6.35 41.44	17.96±7.01	2.03 35.51	19.32±8.44	6.42 43.69	0.305
Sakkaroz (g)	21.17±13.26 ^a	2.09 48.76	30.16±21.04	1.63 106.44	33.16±28.29	0.23 98.48	36.04±22.54 ^a	1.24 104.47	0.012*
A vitamini (µg)	1261.18±779.99 ^b	236.93 3908.20	1024.23±631.41	129.50 3717.64	936.30±581.19	289.04 3291.75	881.21±523.65 ^b	142.10 2224.16	0.033*
E vitamini (mg)	15.39±7.62	3.41 34.33	17.52±10.41	4.15 50.29	17.55±10.31	3.96 51.02	16.60±10.16	2.78 40.26	0.693
K vitamini (µg)	351.05±211.54	76.24 888.53	372.85±183.20 ^c	74.20 769.36	313.00±177.13	87.68 780.20	246.83±179.08 ^c	69.77 1040.15	0.018*
B1 vitamini (mg)	0.78±0.25	0.35 1.47	0.75±0.26	0.35 1.52	0.74±0.27	0.30 1.87	0.77±0.33	0.20 2.10	0.880
B2 vitamini (mg)	1.43±0.43	0.61 2.48	1.46±0.64	0.33 4.46	1.21±0.34	0.56 2.12	1.46±1.24	0.32 8.57	0.358
Niasin (mg)	21.63±7.88	8.33 45.11	23.10±8.02	10.30 43.71	22.34±10.17	9.23 60.95	25.23±11.23	7.97 59.72	0.336
Pant. Asit (mg)	4.64±2.47	1.70 17.04	4.90±2.20	1.62 11.50	4.51±1.39	2.76 9.35	4.82±3.41	0.96 19.74	0.887

Anova Analizi ^{a,b,c}*p < 0.05

a,b: Bebek Patlaması ve Z Kuşağı birbirinden farklı

c: X ve Z Kuşağı birbirinden farklı

Kuşaklar									
	Bebek Patlaması Kuşağı		X Kuşağı		Y Kuşağı		Z Kuşağı		p
	$\bar{x} \pm s$	Alt Üst	$\bar{x} \pm s$	Alt Üst	$\bar{x} \pm s$	Alt Üst	$\bar{x} \pm s$	Alt Üst	
B6 vitamini (mg)	1.34±0.54	0.55 3.26	1.42±1.05	0.45 7.36	1.28±0.44	0.54 2.43	1.26±0.54	0.30 3.05	0.724
Biotin (µg)	37.17±13.50	11.02 67.44	39.50±18.08	5.00 103.18	38.57±13.64	17.17 71.49	39.92±24.08	8.49 143.60	0.895
Folik Asit (µg)	278.10±94.18	132.18 512.99	287.27±124.26	68.90 657.44	253.29±80.77	66.90 406.87	242.34±98.25	61.95 451.05	0.152
B12 vitamini (µg)	3.90±2.56	0.49 11.70	5.98±10.92	0.15 71.15	3.64±2.28	0.30 9.27	8.21±26.18	0.20 168.85	0.415
C vitamini (mg)	144.88±111.61 ^a	13.27 527.61	117.12±75.94	6.16 381.38	105.05±72.34	3.22 265.80	79.51±69.02 ^a	1.70 343.50	0.006*
Potasyum (mg)	2367.53±703.65	1117.93 4502.50	2274.88±875.26	862.60 6050.42	2221.73±675.43	1006.80 3819.02	2216.59±737.50	772.64 4275.61	0.768
Kalsiyum (mg)	807.82±285.04	346.40 1631.99	777.10±350.62	112.65 1720.49	694.14±280.86	304.79 1368.95	745.49±395.24	233.76 2368.04	0.427
Magnezyum (mg)	263.66±76.53	129.27 441.36	266.40±86.12	103.56 448.72	249.27±76.43	107.87 443.08	265.72±83.48	92.25 553.28	0.740

Anova Analizi

*p < 0.05

a: Bebek Patlaması ve Z Kuşağı birbirinden farklı

Kuşaklar									
	Bebek Patlaması Kuşağı		X Kuşağı		Y Kuşağı		Z Kuşağı		p
	$\bar{x} \pm s$	Alt Üst	$\bar{x} \pm s$	Alt Üst	$\bar{x} \pm s$	Alt Üst	$\bar{x} \pm s$	Alt Üst	
Fosfor (mg)	1199.98±331.91	546.36 2160.56	1185.01±365.31	486.40 2008.29	1087.49±328.29	502.28 1773.04	1178.98±172.89	289.02 1177.95	0.472
Demir (mg)	11.65±3.46	6.28 19.41	12.30±4.32	4.02 22.77	10.49±3.01	4.92 16.76	10.82±4.45	3.65 27.89	0.138
Çinko (mg)	9.24±3.66	4.31 24.85	10.22±4.12	2.85 23.05	8.71±2.87	3.49 14.14	9.68±4.00	2.83 17.57	0.295
Bakır (mg)	1.66±0.50	0.90 3.11	1.58±0.49	0.65 2.87	1.55±0.46	0.51 2.81	1.62±0.45	0.57 2.52	0.698

Anova Analizi

Tablo 4.27’de çalışmaya katılan bireylerin 24 saatlik besin tüketim kaydı analizi ile elde edilen aldıkları enerji ve bazı besin öğelerinin miktarları buldukları kuşaklara göre verilmiştir.

Bebek Patlaması X, Y ve Z Kuşaklarının sırasıyla sakkaroz alımı ortalamaları; 21.17 ± 13.26 g, 30.16 ± 21.04 g, 33.16 ± 28.29 g ve 36.04 ± 22.54 g, A vitamini alımı ortalamaları 1261.18 ± 779.99 µg, 1024.23 ± 631.41 µg, 936.30 ± 581.19 µg, 881.21 ± 523.65 µg ve C vitamini alımı ortalamaları 144.88 ± 111.61 mg, 117.12 ± 75.94 mg, 105.05 ± 72.34 mg ve 79.51 ± 69.02 mg olup kuşaklar arasında farklılık göstermektedir ($p < 0.05$). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu değerlendirmek adına Post-Hoc tekniğiyle LSD Testi yapıldığında Z Kuşağı’nın sakkaroz, A vitamini ve C vitamini alımının Bebek Patlaması Kuşağı’na göre istatistiksel olarak anlamlı derecede fazla olduğu sonucunda ulaşılmıştır ($p < 0,05$).

Bireylerin K vitamini alım ortalamalarına bakıldığında Bebek Patlaması Kuşağı’nın 351.05 ± 211.54 µg, X Kuşağı’nın 372.85 ± 183.20 µg, Y Kuşağı’nın 313.00 ± 177.13 µg ve Z Kuşağı’nın 246.83 ± 179.08 µg olduğu ve bu değerlerin kuşaklar arasında farklılık gösterdiği saptanmıştır ($p < 0.05$). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu değerlendirmek adına Post-Hoc tekniğiyle LSD Testi yapıldığında X Kuşağı’nın Z Kuşağı’na kıyasla istatistiksel olarak anlamlı oranda fazla K vitamini alımı olduğu görülmüştür.

Kuşaklar arasında diğer besin öğelerinin alımı açısından anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p > 0.05$).

Tablo 4.28: Bireylerin Kuşaklara Göre Besin Ögesi Alım Miktarlarının Günlük Gereksinimi Karşılama Oranları Ortalaması (\bar{x})

Kuşaklar	Bebek				p
	Patlaması	X Kuşağı	Y Kuşağı	Z Kuşağı	
Besin Ögeleri	\bar{x}	\bar{x}	\bar{x}	\bar{x}	
Enerji	76.64	74.57	70.53	72.61	0.457
Protein	181.56	177.50	165.48	159.25	0.170
(Enerji %10-15)	-	-	-	-	
CHO	121.04	118.33	110.32	106.17	
(Enerji %55-60)	77.56	78.23	78.66	81.54	0.936
Yağ	-	-	-	-	
(Enerji %20-30)	71.11	71.71	72.10	74.75	
Yağ	193.89	192.00	194.17	188.62	0.802
(Enerji %20-30)	-	-	-	-	
A Vitamini	161.52 ^a	129.31	119.84	110.49 ^a	0.039*
E Vitamini	102.59	116.84	117.01	110.65	0.6930
K Vitamini	346.04 ^b	356.13 ^c	306.33	232.97 ^{bc}	0.014*
C Vitamini	160.98 ^c	130.13	116.72	88.34 ^c	0.006*
B1 Vitamini	67.73	64.89	63.89	66.83	0.865
B2 Vitamini	119.59	121.06	103.50	125.56	0.325
Niasin	144.60	154.09	148.54	168.08	0.331
B6 Vitamini	90.06	103.85	98.33	96.86	0.679
Biotin	123.92	131.66	128.55	133.07	0.895
Folik Asit	69.53	71.82	63.32	60.58	0.152
B12	162.47	248.99	151.54	342.06	0.415
Vitamini					
Pant. Asit	92.71	97.97	90.14	96.42	0.887
Kalsiyum	67.32	72.97	69.41	74.55	0.712
Magnezyum	71.99	72.10	70.50	75,37	0.810
Fosfor	171.42	169.29	155.36	168.39	0.472
Demir	116.48 ^{df}	110.23 ^g	82.60 ^{fg}	87.66 ^d	0.001*
Çinko	87.85	97.08	82.90	91.81	0.284
Bakır	185.01	175.06	172.51	180.19	0.698
Diyet Posası	85.78 ^f	76.03	66.79 ^f	71.38	0.031*
Omega-3	134.24	118.23	124.21	140.45	0.831
Omega-6	103.76	106.10	96.01	108.73	0.773

Anova Analizi

a,b,c,d,e,f,g,*p < 0.05

a,b,c,d: Bebek Patlaması ve Z Kuşağı birbirinden farklı

e: X ve Z Kuşağı birbirinden farklı

f: Bebek Patlaması ve Y Kuşağı birbirinden farklı

g: X ve Y Kuşağı birbirinden farklı

Bireylerin 24 saatlik besin tüketimlerine göre enerji, mikro ve makro besin ögesi alım miktarlarının günlük gereksinimi karşılama oranları (%) hesaplanmış ve buldukları kuşaklara göre bu değerlerin ortalamaları Tablo 4.28’de verilmiştir.

Bireylerin A vitamini alım miktarlarının günlük gereksinimlerini karşılama oranları ortalamaları; Bebek Patlaması Kuşağı için %161.52, X Kuşağı için %129.3, Y Kuşağı için %119.84 ve Z Kuşağı için %110.49 olarak hesaplanmıştır. C vitamini karşılama oranı ortalamaları ise Bebek Patlaması için %160,98, X Kuşağı için %130.13, Y Kuşağı için %116.72, Z Kuşağı için %88.34 olarak hesaplanmıştır. İki vitamin için de kuşaklar arasında farklılık olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Post-Hoc analizi (LSD Testi) ile farklılığın hangi gruplar arasında olduğu incelendiğinde Bebek Patlaması Kuşağı’nın A ve C vitamini karşılama oranının Z Kuşağı’ndan istatistiksel yönden anlamlı derecede fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kuşakların K vitamini gereksinimlerini karşılama oranları incelendiğinde oranların Bebek Patlaması Kuşağı için %346.04, X Kuşağı için %356.13, Y Kuşağı için %306.33, Z Kuşağı için %232.97 olduğu ve kuşaklar arasında farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Post-Hoc analizi (LSD Testi) ile farklılığın hangi gruplar arasında olduğuna bakıldığında; Z Kuşağı’nın karşılama oranının Bebek Patlaması ve X Kuşağı’na kıyasla istatistiksel açıdan anlamlı derecede daha az olduğu görülmüştür.

Kuşakların demir minerali gereksinimini karşılama oranları Bebek Patlaması için %116.48, X Kuşağı için %110.23, Y Kuşağı için %82.60 ve Z Kuşağı için %87.66 olarak hesaplanmış ve aralarında farklılık olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Farklılık Post Hoc analizi (LSD Testi) ile incelendiğinde; Bebek Patlaması Kuşağı’nın Y ve Z Kuşağı’na kıyasla ve X Kuşağı’nın Y Kuşağı’na kıyasla karşılama oranlarının daha fazla olduğu görülmüştür ($p<0.05$).

Diyet posası gereksinimini karşılama oranları ise Bebek Patlaması için %85.78, X Kuşığı için %76.03, Y Kuşığı için %66.79 ve Z Kuşığı için %71.38 olarak hesaplanmıştır. Bebek Patlaması Kuşığı'nın ortalamasının Y Kuşığı'na kıyasla istatistiksel yönden anlamlı derecede daha fazla olduğu görülmüştür.

Bölüm 5

TARTIŞMA

Yeni besin korkusu durumunun bireylerin beslenmesi üzerinde pek çok farklı etkisi olabilmektedir. Literatürde yeni besin korkusu üzerine çalışmalar genellikle adolesan ve çocuk bireylerle yürütülmüştür. Yetişkinler üzerinde yeni besin korkusunun etkilerini inceleyen az sayıda çalışma bulunmakla birlikte kuşaklar arasındaki durumu inceleyen çok sınırlı çalışma bulunmaktadır (Okumus ve ark. 2021).

Bu araştırma, Bebek Patlaması, X, Y ve Z Kuşağı'ndaki yetişkin bireylerin yeni besin korkusu düzeyleri ve beslenme durumlarının belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

5.1 Bireylerin Genel Özelliklerinin Değerlendirilmesi

Kuşaklara ve cinsiyete göre yeni besin korkusu durumunun tespit edilebilmesi için 4 farklı kuşaktan da benzer sayıda kadın ve erkek birey çalışmaya alınmıştır. Bu çalışmaya toplamda 167 birey dâhil edilmiş ve bunların % 50.3'ü erkek, %49.7'si ise kadınlardan oluşmaktadır. Bebek Patlaması Kuşağı'ndan 23 kadın, 22 erkek olmak üzere 45, X Kuşağı'ndan 20 kadın 20 erkek olmak üzere 40, Y Kuşağı'ndan 21 kadın, 21 erkek olmak üzere 42 ve Z Kuşağı'ndan 20 kadın 20 erkek olmak üzere 40 kişinin katılımıyla çalışma yürütülmüştür (Tablo 4.1).

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) Adrese Dayalı Nüfus Kayıt Sistemi (ADNKS) 2021 verilerine göre; Türkiye'de yaşayan toplam nüfusun %50.1'i

erkeklerden, %49.9'u kadınlardan, İzmir'de yaşayan toplam nüfusun ise %49.69'u erkeklerden, %50.31'i kadınlardan oluşmaktadır (TÜİK, 2021).

Bu çalışmaya katılan bireylerin; %24.0'ü ilkokul, %44.3'ü lise ve %31.7'si üniversite mezunudur (Tablo 4.1). Türkiye'de 2021 yılı verilerine göre; yaşayan 6 yaş üzeri nüfusun %22.28'i ilkokul, %22.04'ü lise ve %15.36'sı üniversite ve dengi okullardan mezundur (TÜİK, 2022). Bu çalışmada bireylerin buldukları kuşaklara göre eğitim durumlarına bakıldığında; Bebek Patlaması Kuşağı'nın %17.8'inin, X Kuşağı'nın %27.5'inin, Y Kuşağı'nın %52.4'ünün ve Z Kuşağı'nın %30.0'unun üniversite eğitimi gördüğü sonucuna ulaşılmıştır. Z Kuşağı'nda bulunan bireylerin birçoğunun üniversite eğitimine henüz başlamadığı veya devam ettiği yaşlarda oldukları düşünüldüğünde; beklenildiği üzere yaşı büyük olan kuşaklara kıyasla genç kuşakların eğitim düzeyinin daha yüksek olduğu görülmüştür (Tablo 4.1).

Altıparmak (2021) tarafından X, Y ve Z kuşaklarındaki bireylerle yürütülen çalışmada X kuşağında; ilkokul mezunu %24.7, ortaokul mezunu %6.5, lise mezunu %21.4, üniversite mezunu %39.6 ve lisansüstü mezunu %7.8 oranında saptanmıştır. Y kuşağında ilkokul mezunu %6.7, ortaokul mezunu %6.7, lise mezunu %19.0, üniversite mezunu %53.3 ve lisansüstü mezunu %14.0 oranında saptanırken, Z kuşağında ise ilkokul mezunu %0.5, ortaokul mezunu %1.1, lise mezunu %82.0 ve üniversite mezunu %16.4 oranında saptanmıştır. 2021 yılında yapılan Altıparmak'ın çalışmasında da bu çalışmaya paralel şekilde daha genç kuşak olan Y Kuşağı'ndaki bireylerin eğitim seviyesinin X Kuşağı'na kıyasla daha yüksek olduğu ve Z Kuşağı'nın büyük çoğunluğunun lise eğitimini bitirmiş veya üniversite eğitimine devam eden bireylerden oluştuğu sonucuna ulaşılmıştır. Yıllar içerisinde gelişen eğitim sistemi sayesinde genç kuşakların eski kuşaklara kıyasla daha yüksek eğitim seviyesine sahip olması ve 2000 ve sonrası doğan bireylerden oluştuğu göz önüne

alındığında; Z Kuşağı'nın büyük kısmının henüz üniversite eğitimine devam ediyor olması beklenen sonuçlardır.

Çalışmaya katılan 167 bireyin %50.3'ü sigara kullanmazken, %49.7'si sigara kullanmaktadır. En fazla sigara kullanan kuşağın %57.5 oranla 42-56 yaş arasında bireylerden oluşan X Kuşağı olduğu saptanmıştır (Tablo 4.2). TÜİK Sağlık Araştırması 2019 verilerine göre; her gün tütün kullanan 15 yaş üstü bireylerin oranı %28.0'dir ve en fazla tütün kullanımı %42.8 ile 35-44 yaş grubunda yer alan bireylerde görülmektedir (TÜİK, 2020). Sigara kullanım oranı TÜİK 2019 Sağlık Araştırması'na (TÜİK, 2020) kıyasla bu çalışmada daha yüksek bulunmuştur. Sigara kullanımı kardiyovasküler hastalıklar, kanser ve solunum sistemi hastalıkları için büyük bir risk faktörüdür.

Çalışmaya katılan 167 bireyin %43.1'i alkol tüketmezken, %56.9'u alkol tüketmektedir. En fazla oranda alkol tüketimi olan kuşağın %82.5 oranla 19-21 yaş arasında bireylerden oluşan Z Kuşağı olduğu saptanmıştır (Tablo 4.2). 2019 TÜİK Sağlık Araştırması'na göre 15 yaş üstü nüfusun % 14.9'u alkol tüketmektedir ve en fazla alkol tüketimi %20.7 oranla 24-34 yaş arası bireylerde görülmektedir. (TÜİK, 2020). Bu çalışmadaki bireylerin alkol tüketiminin, TÜİK (2020) tarafından elden edilen sonuca kıyasla daha fazla olduğu görülmektedir.

Çalışmaya katılan bireylerin %52.1'inin hekim tarafından tanısı konulan herhangi bir hastalığı bulunmamaktadır. Kuşaklar arasında en fazla hastalık tanısı olan kuşak, beklenildiği üzere en yüksek yaş ortalamasına sahip olan Bebek Patlaması Kuşağı olmuştur (Tablo 4.3). Hastalık tanısı olan bireylerde en fazla görülen hastalıkların; %15.6 oranla kalp ve damar hastalıkları, %10.2 oranla diyabet, %9.6 oranla solunum yolu hastalıkları olduğu görülmüştür (Tablo 4.3).

TÜİK Sağlık Araştırması 2019 raporuna göre 15 yaş üzeri nüfusun son 12 ay içerisinde yaşadığı sağlık sorunlarına bakıldığında, bu çalışmayla paralellik gösterecek şekilde; kalp ve damar hastalıkları (hipertansiyon, koroner kalp hastalığı, yüksek kolesterol, kalp krizi) %35.9 oranda, solunum yolu hastalıkları (astım ve kronik obstrüktif akciğer hastalığı) %16.0 oranda ve diyabet %10.2 oranda olduğu görülmüştür (TÜİK, 2019).

5.2 Bireylerin Genel Beslenme Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi

İnsan hayatının her döneminde düzenli öğünlerle beslenme, sağlıklı beslenme alışkanlıklarının gelişmesinde ve sağlığın devamlılığında önemli rol oynamaktadır. İnsan metabolizmasının dengeli ve sağlıklı bir düzende çalışması ve enerji, makro ve mikro besin öğelerinin yeterli alınması için yetişkin bireylerin günde üç ana, iki veya üç ara öğün tüketmesi önerilmektedir (TÜBER, 2019).

Bu çalışmada bulunan bireylerin %67.1'i günde iki ana öğün, %31.1'i üç ana öğün, %1.2'si bir ana öğün ve yalnızca %0.6'sı dört ana öğün tükettiğini ifade etmiştir (Tablo 4.4).

Güzel, 2018 yılında yapmış olduğu çalışmada bireylerin %66.0'sının günde iki ana öğün tüketirken %34.0'ünün günde üç ana öğün tükettiğini saptamıştır. Kazkondur (2020) yapmış olduğu çalışmada bireylerin %69.1'inin günde üç ana öğün, %24.1'inin iki ana öğün ve %3.5'inin bir ana öğün ve %3.3'ünün ise dört ana öğün tükettiğini belirlemiştir. Sezgin 2021 yılında yapmış olduğu çalışmada bireylerin %51.1'inin günde iki ana öğün, %35.8'inin üç ana öğün ve %10.9'unun ise bir ana öğün tükettiğini saptamıştır. Bu çalışmanın sonuçları katılımcıların çoğunluğunun günde iki ana öğün tükettiği hakkında Güzel (2018) ve Sezgin (2021) ile paralellik gösterirken, bireylerin çoğunluğunun üç ana öğün tükettiğini saptayan Kazkondur (2020) ile farklılık göstermektedir.

Bu çalışmadaki bireylerin %35.3'ü gün içerisinde hiç ara öğün tüketmemekte, %34.1'i bir, %24.0'ü iki, %5.4'ü üç ve %1.2'si dört ara öğün tüketmektedir (Tablo 4.4).

Kazkondur (2020) yapmış olduğu çalışmada bireylerin %33.4'ünün hiç ara öğün tüketmediğini, %31.3'ünün bir, %25.4'ünün iki, %9.9'unun ise üç ara öğün tükettiğini saptamıştır. Kazkondur'un (2020) yapmış olduğu çalışmayla bu çalışmada elde edilen bu sonuçlar paralellik göstermektedir.

Bu çalışmada bireylerin en sık atladığı ana öğün %64.6 oranla öğle yemeğidir. Atlanan ana öğün kuşaklar açısından incelendiğinde, diğer tüm kuşaklarda çoğunluk öğle yemeğini atlarken en genç kuşak olan Z Kuşağı'nın %50.0'si kahvaltı öğününü atladığı görülmektedir (Tablo 4.4).

Kazkondur 2020 yılında Türkiye'de yeme içme alışkanlıklarının kuşaklara göre değişimini incelediği çalışmada katılımcıların %41.5 oranla en fazla öğle öğününü atladıkları ve Z Kuşağı'nın en sık atladığı öğünün kahvaltı olduğu sonucuna ulaşmıştır (Kazkondur, 2020). Bu çalışmada elde edilen sonuçlar ile Kazkondur'un çalışmasında elde edilen bu sonuçlar paralellik göstermektedir.

Bu çalışmaya katılan bireylerin %55.7'sinin öğün saatleri düzenliken, %44.3'ü öğün saatlerinin düzensiz olduğu saptanmıştır. Öğün saatleri en düzenli olan kuşak %62.2 oranla 2021 yılına göre 75-57 yaşları arasındaki bireylerden oluşan Bebek Patlaması Kuşağı'dır (Tablo 4.4.). Bu kuşağın büyük bir kısmının emekli ve çalışmayan bireylerden oluştuğu göz önüne alındığında sonuç beklenildiği gibi bulunmuştur. Öğün saatleri en düzensiz olan kuşak %82.5 oranla yaşça en küçük kuşak olan Z Kuşağı'dır (Tablo 4.4). Bu çalışmadaki Z Kuşağı bireylerin çoğunluğu üniversite öğrencisidir. Üniversite öğrencilerini konu alan; Arlısan ve arkadaşlarının 1993 yılında ve Işkın'ın 2016 yılında yaptığı çalışmalarda bu kitlenin düzenli bir

beslenme alışkanlığına sahip olmadığı ve yetersiz ve dengesiz beslendiğine dair sonuçlar bulunmaktadır.

Bu çalışmaya katılan bireylere “Ana yemeklerinizi genellikle kiminle tüketirsiniz?” sorusu yöneltildiğinde en fazla “ailemle birlikte” yanıtını veren kuşağın %73.3 ile Bebek Patlaması olduğu ve onu %72.5 oranla X Kuşağı, %64.3 oranla Y Kuşağı’nın izlediği görülmektedir. Ana yemeklerini ailesiyle en az oranda tüketen kuşak %37.5 oranla en genç kuşak olan Z Kuşağı olarak saptanmıştır. Z Kuşağı ana yemeklerini %42.5 oran ile arkadaşlarıyla tüketmektedir, diğer kuşakların arkadaşları ile birlikte ana yemek tüketme oranı oldukça düşüktür (Tablo 4.4). Bu sonuç, Z Kuşağı’nın çoğunluğunun üniversite öğrencilerinden oluştuğu göz önüne alındığında olağandır.

Sebze ve meyveler; vitamin, mineral, posa ve pek çok fonksiyonel besin ögesini sağlayan oldukça önemli besinlerdir. Günlük taze sebze ve meyve tüketimi, kalp damar hastalıkları, inme, tip 2 diyabet ve bazı kanser türleri gibi bazı kronik hastalıklara karşı koruyucu rol oynamaktadır. Yetişkin bireyler için 3 porsiyonu sebze ve 2 porsiyonu meyve olmak üzere günlük en az 5 porsiyon sebze ve meyve tüketimi önerilmektedir (TÖBR, 2015; TÜBER, 2019). Meyve ve sebzeler (özellikle yeşil sebzeler) yeni besin korkusu olan kişilerin genellikle tüketmeyi reddettikleri besinler arasında bulunmaktadır (Baysal, 2020).

Bu çalışmaya katılan bireylerin sebze tüketim sıklıkları sorgulandığında %49.1’inin çoğunlukla, %23.4’ünün her gün, %22.2’sinin bazen ve %5.4’ünün nadiren sebze tükettiği sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmada asla sebze tüketmem yanıtını veren kimse olmamıştır. Sonuç kuşaklara göre incelendiğinde her gün sebze tüketen bireylerin en fazla sayıda olduğu kuşak Bebek Patlaması, en az sayıda olduğu ise Z Kuşağı olarak bulunmuştur. “Çoğunlukla sebze tüketirim” yanıtının da yaş

azaldıkça azaldığı görülmüştür (Tablo 4.4.) Elde edilen bu sonuçlara göre sebze tüketiminin yaşla birlikte artış gösterdiği saptanmıştır.

TÜİK 2019 yılı sağlık araştırmasında, günde bir veya daha fazla sebze tüketiminin en fazla olduğu yaş grubunu 55-64 (Bebek Patlaması), en düşük olduğu yaş grubunu ise 15-24 (Z ve Y Kuşağı) olarak saptamıştır (TÜİK, 2020). Bu çalışma ile TÜİK'in 2019 yılı sağlık araştırmasında (TÜİK, 2020) elde edilen sonuçlar benzerlik göstermektedir.

Bu çalışmadaki bireylerin meyve tüketimleri sorgulandığında %35,3'ünün çoğunlukla, %29.3'ünün bazen, %19.2'sinin her gün ve %15.6'sının nadiren meyve tükettiği sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmada asla sebze tüketmem yanıtını veren yalnızca 1 kişi (%0.6) olmuştur. Sonuç kuşaklara göre incelendiğinde her gün meyve tüketen bireylerin en fazla sayıda olduğu kuşak Y, en az sayıda olduğu ise Z Kuşağı olarak bulunmuştur. "Çoğunlukla meyve tüketirim" yanıtının da tıpkı sebze de olduğu gibi yaş azaldıkça azaldığı görülmüştür (Tablo 4.4).

TÜİK 2019 yılı sağlık araştırmasında, günde bir veya daha fazla meyve tüketimi en fazla olan yaş grubunu 55-64 (Bebek Patlaması), en düşük olan yaş grubunu ise 25-34 (Y Kuşağı) olarak saptamıştır (TÜİK, 2020). TÜİK 2019 yılı sağlık araştırmasında (TÜİK, 2020) elde edilen sonuçlar ile bu çalışmada elde edilenler benzerlik göstermektedir.

5.3 Bireylerin Antropometrik Ölçümlerinin Değerlendirilmesi

Alınan enerjinin harcanan enerjiden fazla olması vücut ağırlığında artışa neden olmaktadır. Yağ dokusundaki fazla artış, şişmanlık ve obeziteye sebebiyet verirken pek çok kronik hastalık riskini de arttırmaktadır. Antropometrik ölçümler, obezitenin ve beslenme durumunun saptanması için oldukça önemli göstergelerdir.

Bunlardan; vücut ağırlığı, boy uzunluğu, bel ve kalça çevresi ölçümleri en yaygın kullanılan ölçümlerdir (Pekcan, 2008).

Bu çalışmaya katılan bireylerin BKİ ortalaması $25.28 \pm 4.85 \text{ kg/m}^2$ 'dir (Tablo 4.5). Çalışmada kuşaklara göre bakıldığında yaş ortalaması arttıkça BKİ ortalaması artacak şekilde; BKİ ortalaması en yüksek olan $27.39 \pm 4.24 \text{ kg/m}^2$ ile Bebek Patlaması Kuşağı'nı $25.94 \pm 4.38 \text{ kg/m}^2$ ile X Kuşağı ve $24.67 \pm 4.38 \text{ kg/m}^2$ ile Y kuşağı izlemektedir. BKİ ortalaması en düşük olan $22.87 \pm 3.44 \text{ kg/m}^2$ ile Z Kuşağı'dır (Tablo 4.5).

2017 yılı Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması (TBSA) sonuçlarına göre 15 yaş üstü nüfusun BKİ ortalaması $28.3 \pm 6.15 \text{ kg/m}^2$ 'dir (TBSA, 2019). TBSA (2019) verilerine göre 19-74 arası bireylerde yaş ortalaması arttıkça BKİ ortalamasının da arttığı görülmektedir. Bu çalışmaya katılan bireylerin BKİ ortalaması TBSA (2019)'a kıyasla daha düşüktür. Bu çalışmada TBSA (2019) ile benzer şekilde yaş ortalaması arttıkça BKİ ortalaması da artış gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

TÜİK 2019 Türkiye Sağlık Araştırması verilerine göre 15 yaş üzeri nüfusun %40.1'i normal vücut ağırlığında, %35.0'i pre-obez, %21.1'i obez ve % 3.8'i zayıftır (TÜİK, 2020).

Bu çalışmadaki bireylerin (n=167) BKİ sınıflandırması; %46.1'i (n=77) normal BKİ, %37.1'i (n=62) pre-obez, %13.8'i (n=23) obez ve %3.0'ü (n=5) zayıf şeklindedir (Tablo 4.6). Kuşaklar arasında zayıf birey oranı en yüksek olan kuşak %4.8 ile Y Kuşağı, normal BKİ'ye sahip birey oranı en yüksek olan %72.5 ile Z Kuşağı, pre-obez birey oranı en yüksek olan %60.0 ile Bebek Patlaması, obez birey oranı en yüksek olan ise %19.0 ile Y Kuşağı olarak saptanmıştır (Tablo 4.6).

Bu çalışmaya katılan bireylerin bel çevresi değerleri incelendiğinde %55.1'i normal, %23.4'ü yüksek riskli, %21.6'sı riskli olarak sınıflandırılmaktadır (Tablo 4.6). 2017 yılı TBSA verilerinde 19 yaş üstü yetişkinlerin bel çevresi risk durumlarına göre; %42.9'u yüksek riskli, %34.8'i normal, %22.3'ü riskli olarak sınıflandırılmıştır (TBSA, 2019). TBSA 2017 verilerine göre bu çalışmada normal olarak sınıflandırılan bireyler daha fazla, yüksek riskli olarak sınıflandırılan bireyler daha azdır (TBSA, 2019).

Kuşaklara göre bel çevresi risk durumları incelendiğinde; Z Kuşağı'nın %70.0, Y Kuşağı'nın %69.0, X Kuşağı'nın %52.0 ve Bebek Patlaması Kuşağı'nın %31.1'inin normal olarak sınıflandırıldığı saptanmıştır. Riskli olma durumuna bakıldığında en yüksek oran %33.3 ile Bebek Patlaması Kuşağı'ndadır ve bu kuşağı sırasıyla X, Z, Y Kuşağı izlemektedir. Yüksek riskli olma durumunda da en yüksek oran %35.6 ile Bebek Patlaması'ndadır ve onu yaş ortalaması azaldıkça azalacak şekilde sırasıyla X, Y, Z Kuşağı izlemektedir (Tablo 4.6).

Bel/kalça oranı; bireylerin android tip şişmanlığı ve bununla ilişkili olarak meydana gelebilecek kronik hastalıkların riski hakkında bilgi vermektedir (Pekcan, 2008). Bu çalışmaya katılan bireyler bel/kalça oranlarına göre incelendiğine %70.7'si normal, %29.3'ü riskli olarak sınıflandırılmaktadır (Tablo 4.6). Kuşaklara göre bel/kalça oranına bakıldığında riskli bireylerin en fazla oranda bulunduğu Bebek Patlaması Kuşağı'nı (%40.0) yaş ortalaması azaldıkça riskli birey oranı azalacak şekilde sırasıyla X Kuşağı (%30.0), Y Kuşağı (%26.2) ve Z Kuşağı (%20.0) izlemektedir (Tablo 4.6).

TBSA verilerine göre 19 yaş üstü bireyler bel/kalça oranlarına göre değerlendirildiğinde %57.9'u riskli %42.1'i normal olarak sınıflandırılmıştır (TBSA,

2019). TBSA (2019) ile kıyaslandığında bu çalışmada riskli kişilerin oranı daha azdır.

Bel/boy oranı kardiyovasküler hastalık riskinin değerlendirilmesinde başarılı bir ölçüttür (Meseri ve ark., 2014). Bu çalışmaya katılan tüm bireylerin bel/boy oranı ortalaması $0,51\pm 0,09$ cm'dir. Bireyler bel/boy oranlarına göre sınıflandırıldığında %59.0'u riskli, %41.0'i normal olarak belirlenmiştir. Kuşakların bel/boy oranlarına bakıldığında; yaş ortalaması arttıkça artacak şekilde; Bebek Patlaması $0,56\pm 0,08$ cm, X Kuşağı $0,52\pm 0,07$ cm, Y Kuşağı $0,49\pm 0,08$ cm, Z Kuşağı $0,47\pm 0,10$ cm'dir (Tablo 4.6).

TBSA 2017 verilerine göre 19 yaş üstü yetişkin bireylerin bel/boy oranı ortalaması $0,57\pm 0,09$ cm'dir ve yaş ortalaması arttıkça bel/boy oranı ortalamasının arttığı görülmektedir (TBSA, 2019). 2017 TBSA verilerine kıyasla bu çalışmada elde edilen bel/boy oranı ortalaması daha düşüktür ancak bel/boy oranının yaş ortalaması arttıkça arttığı sonucu bu çalışma ile paralellik göstermektedir.

5.4 Bireylerin Yeni Besin Korkusu Durumuna Yönelik Bulguların Değerlendirilmesi

Yeni besin korkusu, bireylerin diyetlerindeki besin çeşitliliğini azalmasına neden olabilmekte, besin tercihlerini etkileyip dengesiz beslenme tablolarının ortaya çıkmasına neden olabilmektedir (Baysal, 2020).

Bu çalışmada bireylerin FNS puanı ortalaması $41,32\pm 12,29$ olarak saptanmıştır (Tablo 4.7). Yeni besin korkusu hakkında yürütülen çeşitli çalışmalar incelendiğinde FNS puanının toplumlar arasında değişiklik gösterdiği görülmektedir. Farklı ülkelerde yapılan çalışmalar incelendiğinde FNS puanı ortalamalarının; Finlandiyalı bireylerde $33,9\pm 11,4$ (Tuorila ve ark., 2001), Amerikalı bireylerde $29,8\pm 11,7$, Lübnanlı bireylerde $36,4\pm 9,8$ (Olabi ve ark., 2009), Koreli bireylerde

33.5±9.0 (Choe ve Cho, 2011), İspanyol bireylerde 31.74±10.98 (Fernández-Ruiz ve ark., 2013) olarak saptandığı görülmektedir. Türkiye’de yeni besin korkusu üzerine yetişkinlerle yürütülen çalışmalar ise bireylerin yeni besin korkusu ortalamalarını; Uçar (2018)’ın 41.3±10.93, Baysal (2020)’ın 36.8±9.16, Kahvecioğlu (2021)’nin 40.08±9.39 ve Bolat (2021)’in 39.82±10.29 olarak saptadığı ve diğer ülkelere kıyasla Türk bireylerin FNS puanının daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu çalışmada bireylerin FNS puanı ortalaması, Türkiye’de yürütülen çalışmalara benzer şekilde, diğer ülkelerin puan ortalamasından daha yüksek saptanmıştır. Türkiye’de yeni besin korkusu oranının diğer ülkelere kıyasla daha yüksek olmasının nedeninin; farklı kültürlerle ait, etnik besinlerin ve restoranların Türkiye’de çok yaygın olmaması ve bireylerin geleneksel Türk mutfağında kullanılan besinler dışındaki besinleri genellikle tercih etmemesi ve denememesi olabileceği düşünülmektedir (Bekar ve Dönmez, 2014; Ceylan ve Akar Şahingöz, 2019).

Bu çalışmadaki bireylerin FNS puanlarına bakıldığında; 19-21 yaş arası Z Kuşağı’nın 36.78±11, 22-41 yaş arası Y Kuşağı’nın 34.83±10,79, 42-56 yaş arası X Kuşağı’nın 42.48±10.76 ve 57-75 yaş arası Bebek Patlaması Kuşağı’nın 50.40±10.03 puana elde ettiği görülmüştür (Tablo 4.7). Bebek Patlaması Kuşağı’nın FNS puanı diğer kuşaklara kıyasla anlamlı derecede yüksektir. Z Kuşağı’ndaki bireyler dışında yaş artışıyla birlikte FNS puanında da artış görülmektedir (Tablo 4.7). Çalışmadaki bireylerin neofobik olma oranlarına bakıldığında ise; en neofobik kuşağın %44.4 oranla Bebek Patlaması Kuşağı olduğu ve onu %17.5 oranla X Kuşağı’nın izlediği görülmektedir. En az neofobik olan kuşağın ise %4.8 oranla Y Kuşağı olduğu ve onu %7.5 oranla Z Kuşağı’nın izlediği saptanmıştır (Tablo 4.8). Literatür incelendiğinde yeni besin korkusunun kuşaklara göre dağılımıyla ilgili oldukça kısıtlı çalışmaya rastlanmıştır. Okumus ve ark. (2021) yapmış oldukları çalışmada, Y ve Z kuşakları

arasındaki besin neofobi ve neofili düzeylerini araştırmış ve Y kuşağının Z kuşağına kıyasla daha neofilik olduğunu ancak neofobik olma oranları arasında anlamlı bir fark bulunmadığını ortaya koymuştur. Kuşaklarla ilgili bu konuda başka bir çalışmaya rastlanmasa da yeni besin korkusunun yaş ile ilişkisini inceleyen bazı çalışmalar mevcuttur. Dovey arkadaşları 2008 yılındaki çalışmalarında yeni doğan bebeklerde minimal düzeydeyken ek besinlere geçişle birlikte 2-6 yaş arasında maksimum seviyeye ulaştığı, ardından adölesan döneme geçişle birlikte azalan ve yetişkinlikte sabit kalan yeni besin korkusunun yaşlılıkta yaşanan sağlık sorunlarıyla birlikte yeniden bir artış gösterdiği saptamıştır. Tuorila ve arkadaşlarının (2001) alışmasında FNS puanının geçen yaş gruplarından (16-25, 25-35, 36-45) orta yaş gruplarına (46-55, 55-65) doğru giderek arttığı ve bu farkın 66 yaş ve üzeri bireylerde anlamlı derecede artış gösterdiği saptanmıştır. ABD’de neofobinin demografik faktörlerle ilişkisinin incelendiği bir çalışmada araştırılan iki büyük örnekleme de; FNS puanının geçen yaştaki bireylere kıyasla orta yaşlı bireylerde daha yüksek saptandığı ve en yüksek puanın 65 yaş üzeri bireylerde olduğu belirlenmiştir. ABD’deki bu çalışmada neofobik bireylerin oranının 25-34 yaşlarında %41.0 iken 55-64 yaşlarında %54.0’e ve 65 yaş ve üzeri bireylerde %55.0’e yükseldiği görölmektedir (Meiselman ve ark., 2010). Van den Heuvel ve arkadaşlarının 55-80 yaş arası bireylerle yürüttükleri çalışmada FNS puanının yaş ilerledikçe ılımlı bir artış gösterdiği görölmüştür (Van den Heuvel ve ark., 2019). Literatür verileri ile bu çalışmada elde edilen sonuçlar yetişkin bireylerde yaş ilerledikçe yeni besin korkusu düzeyinin artışı konusunda paralellik göstermektedir. Yeni besin korkusunun yaşlı bireylerde geçen yetişkinlere kıyasla daha yüksek oranda görölmeginin; bireylerin ilerleyen yaşla birlikte oluşabilecek sağlık sorunları ve zehirlenmelerden korkması ve yeni besinlerden kaınmasından kaynaklandığı

düşünülmektedir. İlerleyen yaşla birlikte meydana gelen koku ve tat kayıpları, yalnız yaşama ve düşük eğitim seviyesi gibi faktörlerin de bireylerde güvensizliğe neden olup, çekingen besin alımına sebep olabilmektedir (Doma ve ark., 2018; Olabi ve ark., 2009).

Bu çalışmada, erkeklerin yeni besin korkusu ölçeği puanı ortalaması (41.69 ± 11.80), kadınlara göre (40.95 ± 12.83) daha yüksek bulunsa da bu farkın anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p > 0.05$) (Tablo 4.9). Cinsiyet faktörünün yeni besin korkusuna etkisinin incelendiği çalışmalarda tam bir fikir birliği mevcut değildir. Bazı çalışmalar FNS puanının kadınlarda erkeklere kıyasla daha yüksek olduğunu ortaya koyarken (Olabi ve ark., 2009; Demattè ve ark., 2013), bazı çalışmalarda da erkek bireylerde daha yüksek olduğu ifade edilmektedir (Tuorila ve ark., 2001; Siegrist ve ark., 2013). Yeni besin korkusu üzerinde cinsiyet faktörünün herhangi bir etkisi olmadığını söyleyen çalışmalar da mevcuttur (Edwards ve ark., 2010; Knaapila ve ark., 2015; Muhammad ve ark., 2015).

Bu çalışmadaki bireylerin gelir düzeyine FNS puanı ortalaması incelendiğinde; aylık geliri 1000-3000 TL olan bireylerin 43.03 ± 12.51 , 3000-6000 TL olan bireylerin 43.05 ± 12.48 ve 6000 TL üzeri olan bireylerin 38.00 ± 11.40 olduğu saptanmıştır (Tablo 4.10). Gelir düzeyinin yeni besin korkusuna etkisini inceleyen çalışmalar incelendiğinde; pek çok çalışmada bireylerin gelir düzeyi arttıkça yeni besin korkusunun azaldığı sonucuna ulaşıldığı görülmektedir (Olabi ve ark., 2009; Meiselman ve ark., 2010; Choe ve Cho, 2011; Siegrist ve ark., 2013; Bolat, 2021). Diğer çalışmalarla benzer şekilde bu çalışmada da aylık geliri yüksek olan bireylerin yeni besin korkusu düzeyi diğer bireylere kıyasla anlamlı derecede daha düşüktür (Tablo 4.10). Bu durumun nedeninin; bireylerin gelir düzeyi ile birlikte farklı ülke ve şehirleri ziyaret edebilme, etnik restoranlara gidebilme ve farklı yiyeceklere ulaşma

imkânlarının artması ve bu durumun yeni yiyecekleri deneme korkusunu azaltması olduğu düşünülmektedir.

Yeni besin korkusu üzerinde etkili olan bir diğer faktör bireylerin eğitim düzeyidir. Bu çalışmada eğitim seviyesi ilköğretim mezunu bireylerin FNS puanı $49,13 \pm 10,90$, lise mezunu bireylerin FNS puanı $40,28 \pm 11,59$ olarak saptanmış ve üniversite/yüksekokul mezunu bireylerin FNS puanı ise diğerlerine göre anlamlı derecede düşük ($36,89 \pm 11,67$) olarak belirlenmiştir (Tablo 4.11).

Amerika, Finlandiya ve İsviçre’de yaşayan yetişkin bireylerle yürütülen üç farklı çalışmada da daha yüksek eğitim seviyesine sahip olan bireylerin yeni besin korkusu seviyelerinin daha düşük olduğu yani FNS puanlarının daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Tuorila ve ark., 2001; Meiselman ve ark., 2010; Siegrist ve ark., 2013). Bu çalışmadaki bireylerin eğitim düzeyi arttıkça yeni besin korkusu seviyeleri literatür verileri ile uyumlu bulunmuştur. Eğitim seviyesi arttıkça yeni besin korkusunun azalmasının nedeninin; bireylerin eğitim düzeylerindeki artışla beraber besinler ve yararları hakkında daha fazla bilgi ve deneyim sahibi olmalarından kaynaklı olduğu düşünülmektedir.

Bu çalışmada bireyler yeni besin korkusu düzeylerine göre neofilik, nötr ve neofobik olarak ayrıldığında BKİ ortalamaları neofilik bireylerde $24,62 \pm 4,85 \text{ kg/m}^2$, nötr bireylerde $25,47 \pm 4,87 \text{ kg/m}^2$ ve neofobik bireylerde $25,35 \pm 4,88 \text{ kg/m}^2$ olarak hesaplanmıştır (Tablo 4.12). Pre-obez bireylerin oranının yeni besin korkusu düzeyi arttıkça artacak şekilde; neofiliklerde %32,47, nötr bireylerde %34,7 ve neofobik bireylerde %50,0 olduğu görülmüştür (Tablo 4.8). Ancak buna karşılık obez bireylerin en az oranda bulunduğu grubun neofobikler olduğu görülmektedir (Tablo 4.13). Çalışmadaki sonuçlar incelendiğinde BKİ ile yeni besin korkusu düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

BKİ ve yeni besin korkusu düzeyinin ilişkisi konusunda literatürde farklı sonuçlar mevcuttur. Yapılan bazı çalışmalar yeni besin korkusuna sahip bireylerin daha az meyve, sebze tükettiğini ve diyetlerinde bu sağlıklı yiyeceklerin yerine enerji yoğunluğu yüksek olan, işlenmiş besinleri tercih ettiğini ortaya koymaktadır. Yeni besin korkusunun sağlıklı yeme davranışını engelleyen bir etmen oluşu vücut kompozisyonunu etkileyebileceği ve obeziteye neden olabileceği fikrini beraberinde getirmektedir (Finistrella ve ark., 2012; Laureati ve ark., 2015). Finistrella ve ark. (2012) 2-6 yaş arası çocuklarla yaptıkları çalışmada, pre-obez ve obez çocukların yeni besin korkusu düzeyinin normal vücut ağırlığındaki çocuklara kıyasla daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Proserpio ve ark. (2018) da yetişkinlerle yürüttükleri bir çalışmada normal ağırlıktaki bireylere kıyasla obez bireylerde yeni besin korkusu düzeyinin daha yüksek olduğunu saptamıştır. Benzer şekilde Knaapila ve ark. (2007) Finlandiyalı yetişkinlerle yaptıkları araştırmada yeni besin korkusu düzeyi arttıkça bireylerin BKİ değerlerinin de arttığını belirtmiştir. Buna karşılık İtalyan yetişkin bireylerle yürütülen bir çalışma obez bireyler ve normal ağırlıktaki bireylerin yeni besin korkusu düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur (Proserpio ve ark., 2016). Türkiye’de yetişkin bireylerle yürütülmüş bazı çalışmalarda da BKİ ile yeni besin korkusu düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı yönünde sonuçlara ulaşılmıştır (Baysal, 2020; Kol, 2020; Kahvecioğlu, 2021). Bu çalışmada elde edilen BKİ ile yeni besin korkusu düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucu Proserpio ve ark. (2016), Baysal (2020), Kol (2020) ve Kahvecioğlu (2021) ile paralellik göstermektedir.

5.5 Bireylerin Çeşitli Besinleri Deneme ve Hoşlanma Durumlarına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

A) Bireylerin Yeni Besin Korkusunun Denedikleri Besinlerin Çeşitliliğiyle İlişkinin Değerlendirilmesi

Fischler (1988) neofobiyi, “bireylerin daha önce denemedikleri besinlere karşı duydukları şüpheli ve çekingen korku durumu” olarak tanımlarken neofiliyi ise “bireylerin yeni ve farklı besinleri arayışları ve deneme istekleri” olarak tanımlamaktadır. Yeni besin korkusunun diyetdeki besin çeşitliliğini olumsuz yönde etkilediği bilinmektedir (Van den Heuvel ve ark., 2019). Bu çalışmada da neofobik bireylerin kuruyemişler dışındaki tüm besin çeşitlerini deneme sayılarının neofilik bireylere kıyasla daha az olduğu saptanmıştır (Tablo 4.14).

Süt ve süt ürünleri: Çalışmaya katılan bireylerin süt ve süt ürünleri çeşitlerinden denedikleri besin sayısı ortalamaları incelendiğinde; neofilik bireylerin 10.76 ± 0.60 , nötr bireylerin 10.66 ± 0.62 ve neofobik bireylerin 10.19 ± 0.63 olarak saptanmıştır (Tablo 4.14).

Olabi ve ark. (2009) üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmada, yeni besin korkusu düzeyi arttıkça bireylerin süt ve süt ürünü olan yoğurt ve dondurmanın deneme ve tüketme sıklıklarının azaldığını ortaya koymuştur. Benzer şekilde Falciglia ve ark. (2000) çocuklarla yaptıkları araştırmada, süt ve süt ürünlerinin tüketiminin neofobik bireylerde neofiliklere kıyasla daha az olduğu sonucuna ulaşmıştır. Kabaran (2011) çocuklar ve ebeveynleriyle yürüttüğü çalışmasında çocuklarda yeni besin korkusu düzeyi arttıkça süt ve süt ürünleri grubunda denedikleri besin sayısının azaldığını tespit etmiştir. Bu çalışmada Falciglia ve ark. (2000), Olabi ve ark. (2019) ve Kabaran (2011)’in yapmış olduğu çalışmalara paralel şekilde yeni besin korkusu düzeyi arttıkça bireylerin süt ve süt ürünleri grubunda

denedikleri besin sayısının anlamlı derecede azaldığı saptanmıştır ($p<0.05$) (Tablo 4.14).

Sebze ve meyveler: Çalışmaya katılan bireylerin denedikleri sebze sayıları incelendiğinde; neofobik bireylerin neofilik bireylere kıyasla daha az sayıda sebze çeşidi denediği ancak bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür. Bireylerin denedikleri meyve çeşitlerine bakıldığında ise; neofobik bireylerin neofilik ve nötr bireylere kıyasla anlamlı derecede daha az meyve çeşidi denediği görülmüştür ($p<0.05$) (Tablo 4.14).

Yeni besin korkusu hakkında yapılan pek çok çalışmada; yeni besin korkusu düzeyi yüksek olan bireylerin denemeyi ve tüketmeyi reddettikleri besinler arasında özellikle meyve ve sebzelerin olduğu ortaya konmuştur (Galloway ve ark., 2003; Knaapila ve ar., 2015; Johnson ve ark., 2015; Maiz ve Balluerka, 2016). Russel ve Worsley (2008) yaptıkları çalışmada yeni besin deneme korkusunun artışı ile birlikte yalnızca tüketimin değil, bireylerin diyetindeki sebze ve meyve çeşitliliğinin de azaldığını ortaya koymuştur. Meyvelerin reddinin sebebinin; neofobik bireylerin özellikle literatürde “yeni besin” olarak kabul edilen tropikal meyveleri daha az denemesi olabileceği düşünülmektedir (Barrena ve Sánchez, 2013; Uçar, 2018). Bu çalışmada elde edilen; yeni besin korkusu arttıkça meyve, sebze tüketiminin azaldığı sonucu literatürle paralellik göstermektedir.

Yumurta, et ve sakatat ürünleri: Bu çalışmada bireylerin yeni besin korkusu düzeyi arttıkça denediği et, sakatat ve yumurta çeşidi sayısının azaldığı görülmektedir fakat bu azalma istatistiksel olarak anlamlı değildir (Tablo 4.14).

Knaapila ve arkadaşlarının (2007) yetişkin bireylerle yürüttükleri çalışmada bireylerin yeni besin korkusu düzeyi arttıkça et, balık, kümes hayvanları tüketiminin azaldığını saptadılar. Benzer şekilde Cooke ve arkadaşları (2007) çocuklarla

yaptıkları çalışmada 2-6 yaş arası çocuklarda yeni besin korkusu düzeyi arttıkça et ve yumurta tüketiminin azaldığını ortaya koymuştur. Uçar (2018) yaptığı çalışmada, yetişkin bireylerin yeni besin korkusu düzeyi arttıkça et, tavuk ve yumurta tüketiminin de azaldığı sonucuna ulaşmıştır. Kabaran (2011) yaptığı çalışmada çocukların yeni besin korkusu düzeyleri arttıkça denediği yumurta, et ve et ürünleri sayısının anlamlı derecede azaldığını saptamıştır. Bu çalışma sonucunda elde edilen sonuç istatistiksel olarak anlamlı olmasa da literatürle paralellik göstermektedir.

Tahıl ve ekmek ürünleri: Çalışmada bireylerin yeni besin korkusu düzeyleri arttıkça denedikleri tahıl ürünü çeşidinin anlamlı derecede azaldığı sonucuna ulaşılmıştır ($p<0.05$) (Tablo 4.14).

Yeni besin korkusu düzeyi ile tahıl ve ekmek grubunun tüketilmesi arasındaki ilişki besin çeşidine göre farklılık gösterebilmektedir (Uçar, 2018). Kabaran (2011) ve Falciglia ve ark. (2000) yapmış oldukları çalışmalar yeni besin korkusu düzeyi ile tahıl ürünlerinin denenmesi/tüketimi arasında bir ilişki olmadığını göstermektedir. Buna karşılık Maiz ve Balluerka (2016) yaptıkları çalışmada, neofobik olan çocuk ve adölesanların tahıl ürünlerinden pirinç ve makarna tüketiminin neofilik olanlara kıyasla daha fazla olduğunu ancak kahvaltılık tahılları daha az tükettiklerini ortaya koymuştur.

Fast food ve atıştırma: Bu çalışmada yeni besin korkusu düzeyi arttıkça bireylerin daha az fast food ve atıştırma çeşidini denediği sonucuna ulaşılmıştır ($p>0.05$) (Tablo 4.14).

Bugüne dek yapılan çalışmalarda yeni besin korkusu düzeyi ve fast-food, atıştırma ürünlerinin denenmesi/tüketimi arasındaki ilişki hakkında tam bir fikir birliği bulunmamaktadır. Yeni besin korkusu düzeyi arttıkça şekerli ve yağlı atıştırma ürünlerinin tüketiminin değişim göstermediğini belirten çalışmalar mevcuttur

(Cooke ve ark., 2003; Helland ve ark., 2017). Bunun aksine Maiz ve Balluerka (2016) yeni besin korkusu düzeyi arttıkça çocuk ve adölesan bireylerdeki tatlı ve şeker tüketiminin de arttığını ortaya koymuştur. Kabaran (2011) çocuklarda yeni besin korkusu düzeyi arttıkça denenen atıştırılmalık ürün sayısında anlamlı bir değişiklik saptamamasına rağmen denenen fast food çeşidi sayısının anlamlı derecede arttığını göstermiştir. Bu çalışmada Maiz ve Balluerka (2016) ve Kabaran (2011)'dan farklı olarak yeni besin korkusu düzeyi arttıkça bireylerin daha az fast food ve atıştırılmalık çeşidini denediği sonucuna ulaşılmıştır ($p>0.05$). Bu durumun sebebinin, çalışmaya katılan bireylerin yaş grubu aralığının çok geniş olması ve bireylerin besin seçimlerine yalnızca yeni besin korkusu düzeylerinin değil, buldukları kuşak ve sosyal çevrelerinin de etkili olması olabileceği düşünülmektedir.

B) Bireylerin Buldukları Kuşakların Çeşitli Besinleri Deneme ve Hoşlanma Durumlarıyla İlişkisinin Değerlendirilmesi

Besin seçimini etkileyen en önemli faktörlerden biri bireylerin yaşıdır. Farklı nesiller; içerisinde büyüdükleri sosyal, ekonomik, teknolojik ve çevresel pek çok faktör tarafından şekillendirilmektedir. Kuşakların yaşam tarzı, beklenti, ihtiyaç ve alışkanlıkların farklı olması kuşaklar arasındaki besin tercihi farklılıklarına neden olmaktadır (Fernando, 2016; Öztürk ve Tekeli, 2021).

Çalışmaya katılan bireylere çeşitli besin gruplarında bulunan besinleri daha önce deneyip denemedikleri ve denedikleri besinleri sevme derecelerini 1 “hiç sevmem”, 5 “çok severim” olacak şekilde 1’den 5’e kadar puanlamaları istenmiş, elde edilen sonuçlar bireylerin buldukları kuşaklara göre değerlendirilmiştir.

Süt ve süt ürünleri: Çalışmada bulunan kuşakların denedikleri süt ve süt ürünleri çeşidi sayısına bakıldığında; diğer kuşaklara kıyasla en fazla süt ve süt ürünü çeşidini deneyen kuşağın Y Kuşağı olduğu görülmektedir ($p<0.05$) (Tablo 4.15).

Kazkondur (2020) kuşakların yeme içme alışkanlıklarını incelediği çalışmada kuşaklar arasında en az yoğurt, peynir türü ve süt ürünü tercih eden kuşağın Y Kuşağı olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu çalışmadaki sonuçlar ile Kazkondur'un (2020) yapmış olduğu çalışmada elde edilen sonuçlar tamamen farklı bulunmuştur. Bunun sebebinin çalışmaların yapıldığı bölgelerdeki beslenme alışkanlıklarının farklı olmasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Bu çalışmaya katılan bireylerin süt ürünlerine çoktan aza olacak şekilde; ayran, yoğurt, beyaz peynir, tulum peyniri, kaşar peynir, süt, lor peyniri, hellim peyniri, krem peynir, meyveli yoğurt ve kefir olarak puan verdikleri görülmüştür (Tablo 4.16).

Şahinöz ve Özdemir (2017) yaptıkları çalışmada üniversite öğrencilerinin süt ürünlerini sevme derecelerini çoktan aza olacak şekilde yoğurt, peynir, ayran ve dondurma olarak saptamış ve öğrencilerin birçoğunun kefirini daha önce denemediğini ve bilmediğini bildirmiştir. Şahin ve Özdemir'in (2017) elde ettiği sonuçlar ile bu çalışmada elde edilen sonuçlar benzerlik göstermektedir.

Sebzeler: Kuşakların denedikleri sebze çeşidi sayısına bakıldığında en fazla sebze çeşidini deneyen kuşağın Bebek Patlaması Kuşağı olduğu ve Z Kuşağı'ndan anlamlı derecede daha fazla sebze çeşidi denedikleri görülmüştür ($p<0.05$) (Tablo 4.15).

Kazkondur (2020) yaptığı çalışmada ana ve ara öğünlerde sebze tüketmeyi en fazla tercih eden kuşağın Bebek Patlaması olduğunu saptamıştır. Britain Thinks (2019) raporunda Z Kuşağı'nın diğer kuşaklara kıyasla daha az meyve ve sebze

tercih ettiğini belirtmektedir. Bu çalışmada elde edilen sonuçlar Kazkodu (2020) ve Britain Thinks (2019)'in sonuçları ile paralellik göstermektedir.

Bu çalışmada Z Kuşağı'ndaki bireylerin diğer tüm kuşaklara kıyasla patatese verdikleri puan daha fazla ve bamyaya verdikleri puan daha az saptanmıştır ($p < 0.05$). Benzer şekilde Korkmaz (2019) Z Kuşağı'na mensup üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada öğrencilerin %79'unun patatesi çok sevdiğini ve %20.4'ünün bamyayı hiç sevmediğini saptamıştır.

Meyveler: Çalışmada bireylerin denedikleri meyve çeşidi sayısı incelendiğinde ise diğer kuşaklara kıyasla en az meyve çeşidini deneyenin Bebek Patlaması Kuşağı olduğu, Y ve Z Kuşağı'ndan anlamlı derecede daha az meyve çeşidi denedikleri görülmektedir ($p < 0.05$) (Tablo 4.15). Ayrıca bireylerin denedikleri meyvelere verdikleri puanlara bakıldığında; Bebek Patlaması Kuşağı'nın avokado, ananas, muz, kivi, böğürtlen, greyfurt gibi meyveleri en az seven kuşak olduğu saptanmıştır. En genç kuşak olan Z Kuşağı ise avokado ve böğürtlen, muz ve kiviye tüm kuşaklara göre ve özellikle Bebek Patlaması Kuşağı'na kıyasla anlamlı derecede fazla puan vermiştir (Tablo 4.18). Bu durumun nedeni; 57-75 yaşları arasında olan Bebek Patlaması Kuşağı'nın ülkemize son yıllarda gelen, üretimi ve tüketimi yakın zamanda artan meyve çeşitlerini genç kuşaklara kıyasla daha zor benimsemeleri ve bu meyvelere aşina olmamalarından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Yumurta, et ve sakatat ürünleri: Çalışmada bulunan kuşakların denedikleri yumurta, et ve et ürünleri çeşidi sayısı incelendiğinde, diğer tüm kuşaklara kıyasla en az çeşidi Z Kuşağı'nın denediği görülmektedir ($p < 0.05$) (Tablo 4.15). Bireylerin yumurta, et ve sakatat ürünlerine verdikleri puanlara bakıldığında; Bebek Patlaması

Kuşağı'nın diğer kuşaklara kıyasla anlamlı derecede sosis, salam ve anlamlı olmasa da sucuğu daha az sevdikleri saptanmıştır (Tablo 4.21).

Britain Thinks (2019) raporuna göre; Z kuşağındaki bireylerden hiç et ve et ürünlerini yemediğini bildiren kişilerin sayısı diğer kuşaklara göre daha yüksektir. Bu çalışmaya paralel şekilde Kazkondu (2020) yapmış olduğu çalışmada Bebek Patlaması Kuşağı'nın diğer kuşaklara kıyasla kahvaltıda sosis, salam ve sucuk tüketme sıklığının daha düşük olduğu saptanmıştır.

Tahıl Ürünleri: Bu çalışmada diğer kuşaklara kıyasla en az tahıl ürünü çeşidi deneyen kuşak Bebek Patlaması, en fazla deneyenin ise Y Kuşağı olarak saptanmıştır. Bebek Patlaması Kuşağı'nın denediği tahıl ürünü sayısı Y ve Z Kuşağı'na kıyasla anlamlı derecede düşük bulunmuştur ($p<0.05$) (Tablo 4.15). Bireylerin tahıl ürünlerine verdikleri puanlar incelendiğinde; tüm tahıl ürünlerine en fazla puanı veren kuşağın Z Kuşağı olduğu görülmektedir. Z Kuşağı'nın makarnaya Bebek Patlaması ve X Kuşağı'ndan, yulaf ezmesi ve pirince ise Bebek Patlaması Kuşağı'ndan istatistiksel olarak daha fazla puan verdiği görülmektedir. Kahvaltılık mısır gevreğini en fazla seven kuşağın Z Kuşağı ve en az sevenin ise Bebek Patlaması Kuşağı olduğu saptanmıştır (Tablo 4.22).

Kazkondu (2020) yapmış olduğu çalışmada Y ve Z Kuşağı'nın kahvaltıda kahvaltılık gevrek ve tahıl tüketim sıklığının Bebek Patlaması ve X Kuşağı'na kıyasla daha fazla olduğunu belirtmektedir. Bu çalışmadaki sonuçlar Kazkondu'nun (2020) elde ettiği sonuçlarla benzerlik göstermektedir.

Fast food ve atıştırmalıklar: Bu çalışmada fast food ve atıştırmalık ürünlerde en fazla çeşidi deneyen kuşak Z Kuşağı ve en az çeşidi deneyen kuşak ise Bebek Patlaması olarak belirlenmiştir. Z ve Y Kuşakları'nın Bebek Patlaması Kuşağı'na kıyasla anlamlı derecede daha fazla fast food ve atıştırmalık çeşidi

denediği saptanmıştır ($p<0.05$) (Tablo 4.15). Tüm fast food ve atıştırılmalık ürünler için verilen puanların eski kuşaklardan yeni kuşaklara gidildikçe arttığı görülmektedir. (Tablo 4.24).

Aşık'ın (2019) X ve Z Kuşağı'nın yiyecek tercihini etkileyen faktörleri tespit etmek için yaptığı çalışmada Z Kuşağı'nın fast food tarzı yiyecekleri çok fazla tercih ettikleri belirtilmiştir. Britain Thinks (2019) raporunda fast food tarzı yiyeceklerin, paket servisin ve dışarıda yemek yemenin Z Kuşağı'nın diyetinin ayrılmaz parçaları olarak tanımlanmaktadır. Kazkondu (2020) kuşaklarla ilgili yaptığı çalışmada Bebek Patlaması Kuşağı'ndan Z Kuşağı'na doğru ara öğünlerde, sandviç, börek, poğaç, simit, bisküvi, kurabiye, kek, şekerleme ve çikolata gibi atıştırılmalıkların tüketiminin arttığını bildirmiştir. Bu çalışmada kuşakların fast food ve atıştırılmalık tüketimi sonuçları Britain Thinks ve Kazkondu'nun çalışma verileri ile paralellik göstermektedir.

5.6 Bireylerin Besin Tüketimlerine Yönelik Bulguların Değerlendirilmesi

A) Bireylerin Yeni Besin Korkusu Düzeylerine Göre Besin Tüketimlerinin Değerlendirilmesi

Çalışmaya katılan bireyler yeni besin korkusu düzeylerine göre neofilik, nötr ve neofobik olarak sınıflandırılıp, 24 saatlik besin tüketim kayıtları sonucunda aldıkları enerji ve besin ögesi miktarları ve aldıkları miktarların yaş, cinsiyet gibi faktörler göz önüne alınarak günlük gereksinimlerini karşılama oranları hesaplanmış ve karşılaştırılmıştır (Tablo 4.25 ve 4.26). Elde edilen sonuçlar incelendiğinde; bireylerin yeni besin korkusu seviyeleri arttıkça aldıkları enerji miktarının arttığı görülmektedir (Tablo 4.25). Üç farklı grubun da günlük önerilen enerji miktarını karşılamadığı; neofilik bireylerin %69.82'sini, nötr bireylerin %71.90'ını karşıladığı

saptanmıştır. Neofilik ve nötr bireylere kıyasla anlamlı derecede fazla olarak neofobik bireylerin %83.20'sini karşıladıkları saptanmıştır ($p<0.05$) (Tablo 4.26). Bireylerin yeni besin korkusu düzeyine göre, enerji dışında değerlendirilen makro ve mikro besin öğelerinin alımları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Ancak istatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte, bireylerde yeni besin korkusu düzeyi arttıkça sodyum alım miktarının arttığı ve B₆, B₁₂, biotin (B₇), pantotenik asit (B₅), niasin (B₃) vitaminlerinin alım ve karşılama oranı miktarının düştüğü görülmektedir (Tablo 4.25 ve 4.26). Bu durumun sebebi; bu çalışmada ve pek çok farklı çalışmada saptandığı üzere yeni besin korkusu arttıkça bireylerin B vitaminlerini içeren et ve sakatat ürünlerini sevmeye ve tercih etme oranlarının düşmesi ile ilişkilendirilebilir (Bkz. Tablo 4.14) (Knaapila ve ark., 2007; Cooke ve ark., 2007; Kabaran, 2011; Uçar, 2018).

Yeni besin korkusunun yüksekliği daha düşük besin çeşitliliği ve belirli besin gruplarının alımının azalması ile ilişkilidir ve bu durum besin ögesi eksikliğine sebep olabilmektedir (Hazley ve ark., 2022). Yeni besin korkusu üzerine literatürdeki çoğu çalışma çocuklar ve ergenler üzerinedir ve yetişkin bireylerle yürütülen sınırlı çalışma vardır. Yetişkin bireylerle yapılan çalışmalara göre yeni besin korkusu olan bireyler, meyve, sebze ve et ürünleri gibi besleyici değeri yüksek besinleri daha düşük miktarlarda tüketme eğilimindedir (Siegrist ve ark., 2013; Knaapila ve ark., 2015; Jaeger ve ark., 2017, Uçar, 2018). Knaapila ve ark. (2011) yaptıkları çalışmada yeni besin korkusunun, enerji yoğunluğu fazla olan, sodyum ve şekerden zengin besinlerin alımı ile pozitif ilişkili olduğunu söylemektedir. Hazley ve arkadaşlarının (2022) yakın zamanda yaptıkları bir araştırmada yetişkin bireylerde yeni besin korkusu düzeyinin arttıkça şeker tüketiminin artıp, C vitamini ve magnezyum alımının azaldığını belirtmektedir. Uçar (2018) yaptığı çalışmada yeni besin korkusu

düzeyi arttıkça, erkek katılımcıların diyetle aldıkları kolesterol, biotin, retinol ve B12 vitaminleri ile çinko ve magnezyum mineralleri miktarlarının anlamlı düzeyde azaldığını ortaya koymuştur. Ancak bunlardan farklı olarak Costa ve ark.(2020) yetişkin bireylerle yaptıkları çalışmada yeni besin korkusunun enerji ve besin ögesi alımları ile herhangi bir ilişkisi olmadığını ortaya koymuştur.

Bu çalışmada elde edilen yeni besin korkusunun herhangi bir besin ögesi alımıyla ilişkisi olmadığı konusunda Costa ve ark.'nın (2020) yaptıkları çalışma ile paralellik göstermektedir. Ancak Costa ve ark.'dan farklı olarak bu çalışmada yeni besin korkusu arttıkça enerji alımının arttığı saptanmıştır. Ayrıca bu çalışmada elde edilen B12 ve biotin alım miktarının yeni besin korkusu düzeyi ile azaldığı sonucu, Uçar'ın (2018) yaptığı çalışmada elde edilen sonuçlarla benzerlik göstermektedir.

B) Bireylerin Buldukları Kuşaklara Göre Besin Tüketimlerinin Değerlendirilmesi

Çalışmaya katılan bireyler buldukları kuşaklara göre sınıflandırılıp, 24 saatlik besin tüketim kayıtları sonucunda aldıkları enerji ve besin ögesi miktarları ve aldıkları miktarların yaş, cinsiyet gibi faktörler göz önüne alınarak günlük gereksinimlerini karşılama oranları hesaplanmış ve karşılaştırılmıştır (Tablo 4.27. ve 4.28). Kuşakların besin ögesi alım miktarları incelendiğinde sakkaroz alımının eski kuşaklardan yeni kuşaklara doğru arttığını ve en genç olan Z Kuşağı'nın yaşı en büyük olan Bebek Patlaması Kuşağı'ndan anlamlı derecede daha fazla sakkaroz alımı olduğu saptanmıştır ($p<0.05$)(Tablo 4.27). K vitamini alım miktarı ve gereksinimi karşılama oranına bakıldığında Z Kuşağı'nın tüm kuşaklara kıyasla ve özellikle X ve Bebek Patlaması Kuşağı'ndan anlamlı derecede daha az K vitamini aldığı görülmektedir ($p<0.05$)(Tablo 4.27). Kuşaklar arasında C vitamini alımı ve gereksinimi karşılama oranı en az olan kuşak da Z Kuşağı'dır ve gereksinimi

karşılama oranı özellikle Bebek Patlaması Kuşağı'na kıyasla daha anlamlı derecede azdır ($p<0.05$) (Tablo 4.27 ve 4.28). Kuşakların demir alımlarına bakıldığında demir alımı en fazla olan kuşak Bebek Patlaması Kuşağı'dır ($p<0.05$)(Tablo 4.27). Bebek Patlaması Kuşağı'nın demir gereksinimini karşılama oranı tüm kuşaklara kıyasla ancak özellikle X Kuşağı'na göre anlamlı derecede fazladır ($p<0.05$)(Tablo 4.28). Lif alımı en fazla olan kuşak Bebek Patlaması Kuşağı'dır (Tablo 4.27). Bebek Patlaması Kuşağı'nın lif gereksinimini karşılama oranı tüm kuşaklara kıyasla ancak özellikle Y Kuşağı'na kıyasla anlamlı derecede fazladır ($p<0.05$)(Tablo 4.28). Bu sonuçlar göz önüne alındığında Bebek Patlaması Kuşağı tüm kuşaklar arasında en az şeker ve en fazla diyet posası alımına sahiptir. Kuşaklar arasında sakkaroz alımı eski kuşaklardan yeni kuşaklara gidildikçe artmaktadır ve en fazla sakkaroz tüketimi olan kuşak Z Kuşağı'dır.

Literatür incelendiğinde kuşaklar arasındaki enerji, makro ve mikro besin alımını inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak kuşakların besin tercihlerini inceleyen çalışmalar mevcuttur. Kanada'da kuşakların besin seçimleri hakkında yazılan bir derlemede Bebek Patlaması Kuşağı'nın diğer kuşaklara kıyasla daha sağlıklı, düşük doymuş yağ içeriğine sahip, trans yağ içermeyen, düşük şeker ve yüksek lif içerikli doğal ve organik besin seçeneklerine talepte buldukları söylenmektedir. X Kuşağı'nın da Bebek Patlaması Kuşağı gibi sağlıklı fakat hazırlaması kolay yiyecekleri tercih ettiği ve Y kuşağındaki bireylerin hızlı hazırlanan, hazır dondurulmuş yiyecekleri veya fast-food tarzındaki yiyecekleri daha fazla tercih ettikleri belirtilmektedir (Fernando, 2016). Z kuşağına mensup bireylerin ise diğer kuşaklara kıyasla daha düşük taze sebze, meyve, daha fazla şekerli besin, hamur işi ve hamburger tarzı fast-food yiyecekleri tükettiklerini belirten çalışmalar mevcuttur (BritainThinks, 2019; Kazkondur 2020).

Eski kuşakların yeni kuşaklara kıyasla daha neofobik olmalarına rağmen, nispeten daha sağlıklı besin tüketimlerinin olması; diyetlerindeki besinlerin çeşitliliği az da olsa daha sağlıklı tercihlerinin olmasıyla ilişkilendirilmiştir. Yeni besin düzeyi genç kuşaklara kıyasla daha yüksek bulunan Bebek Patlaması ve X Kuşağı, aynı zamanda fast food ve atıştırılmalıklara daha az puanı veren kuşaklar olmuştur. Yeni besin korkusu düzeyleri daha düşük olan Y ve Z Kuşakları ise fastfood, atıştırılmalık gibi besinlere daha fazla puan vermişlerdir.

Bu çalışmanın sonucunda yeni besin korkusu artışı ile bireylerin daha az besin çeşidini denediği ancak bireylerin beslenme durumu ve tercih ettiği besinlerde yeni besin korkusundan ziyade kuşak/yaş faktörünün etkisinin daha baskın olduğu görülmektedir.

Kovid-19 pandemi şartlarından ötürü günümüzde yaşayan en yaşlı kuşak olan Sessiz Kuşak'ın çalışmaya dâhil edilememesi, besin tüketimlerinin saptanmasında yalnızca 24 saatlik besin tüketim kaydı yönteminin kullanılması çalışmamızın sınırlılıklarıdır. Yeni besin korkusu üzerine yapılacak gelecek çalışmalarda bireylerin beslenme durumunun “Besin Tüketim Sıklığı”, “3 Günlük Besin Tüketim Kaydı” yöntemleriyle değerlendirilmesi daha doğru sonuçlar elde edilebilmesi açısından faydalı olacaktır.

Bölüm 6

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1 Sonuçlar

Farklı kuşakların yeni besin korkusu ve beslenme durumu ve besin seçimlerini incelemek amacıyla 45'i Bebek Patlaması, 40'ı X Kuşağı, 42'si Y Kuşağı ve 40'ı Z Kuşağı olmak üzere İzmir'in merkez ilçelerinde yaşayan ve ASM'ye başvuran 19-75 yaş aralığına sahip toplamda 167 bireyle yürütülen çalışmadan aşağıdaki sonuçlar elde edilmiştir.

- 1) Araştırma kapsamında İzmir'in merkez ilçelerinde yaşayan 167 gönüllü katılımcının %50.3'ü erkek, %49.7'si kadındır.
- 2) Çalışmaya katılan bireylerin %50.3'ünün ana öğünleri atladığı, %35.9'unun bazen atladığı %13.8'inin ise atlamadığı saptanmıştır. Ana öğün atlamayan bireylerin en fazla olduğu kuşak %28.6 ile Y Kuşağı'dır onu %17.5 oranla X ve %8.9 oranla Bebek Patlaması Kuşağı izlemektedir. Z Kuşağı bireylerin tamamının ana öğün atladığı saptanmıştır.
- 3) Bireylerin en fazla atladığı ana öğün %64.6 oranla öğle yemeğidir ve onu %28.5 oranla kahvaltı, %6.9 oranla akşam yemeği izlemektedir. Bebek Patlaması, X ve Y kuşaklarının en fazla atladığı öğün öğle yemeği, Z Kuşağı'nın ise kahvaltıdır.
- 4) Bireylerin vücut ağırlığı ortalamaları eski kuşaklardan yeni kuşaklara gidildikçe azalacak şekilde; Bebek Patlaması Kuşağı'nın 76.25 ± 14.63 kg,

X Kuşığı'nın 75.17 ± 16.82 kg, Y Kuşığı'nın 70.86 ± 18.94 kg ve Z Kuşığı'nın 69.96 ± 13.99 kg'dır.

- 5) Bireylerin bel çevresi ortalamaları eski kuşaklardan yeni kuşaklara gidildikçe azalacak şekilde; Bebek Patlaması Kuşığı'nın 92.60 ± 12.33 cm, X Kuşığı'nın 88.68 ± 13.14 cm, Y Kuşığı'nın 83.17 ± 15.93 cm ve Z Kuşığı'nın 82.22 ± 17.93 cm'dir.
- 6) Bireylerin bel/boy ve bel/kalça oranı ortalamaları eski kuşaklardan yeni kuşaklara gidildikçe azalacak şekilde sırasıyla; Bebek Patlaması Kuşığı'nın 0.56 ± 0.077 ve 0.86 ± 0.07 , X Kuşığı'nın 0.52 ± 0.07 ve 0.84 ± 0.08 , Y Kuşığı'nın 0.49 ± 0.08 ve 0.82 ± 0.09 , son olarak Z Kuşığı'nın 0.47 ± 0.10 ve 0.79 ± 0.09 olarak saptanmıştır.
- 7) Bireylerin BKİ ortalamaları eski kuşaklardan yeni kuşaklara gidildikçe azalacak şekilde; Bebek Patlaması Kuşığı'nın 27.39 ± 4.24 kg/m², X Kuşığı'nın 25.94 ± 4.38 kg/m², Y Kuşığı'nın 24.67 ± 5.92 kg/m², Z Kuşığı'nın ise 22.87 ± 3.44 kg/m² olarak hesaplanmıştır.
- 8) Çalışmaya katılan bireylerin FNS puanı ortalaması 41.32 ± 12.29 'dur. Bireylerin FNS skoru ortalamaları eski kuşaktan yeni kuşağa azalacak şekilde; Bebek Patlaması Kuşığı'nın 50.40 ± 10.03 , X Kuşığı'nın 42.48 ± 10.76 , Y Kuşığı'nın 34.83 ± 10.79 ve Z Kuşığı'nın 36.78 ± 11.32 olarak saptanmıştır.
- 9) Bebek Patlaması Kuşığı'nın ortalama FNS puanı diğer tüm kuşaklara kıyasla ve X Kuşığı'nın ise Y Kuşığı'na kıyasla anlamlı derecede fazladır ($p < 0.05$).

- 10) Tüm kuşaklar arasında neofobik bireylerin en fazla bulunduğu kuşak Bebek Patlaması Kuşağı'dır ($p<0.05$).
- 11) Neofilik birey oranının en fazla bulunduğu kuşak Y Kuşağı'dır. Y Kuşağı'ndaki neofilik birey oranı Bebek Patlaması ve X Kuşağı'na kıyasla anlamlı derecede fazladır ($p<0.05$).
- 12) Erkek ve kadın bireylerin yeni besin korkusu düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p<0.05$).
- 13) Aylık geliri 6000 TL üzerinde olan bireylerin ortalama yeni besin korkusu düzeyi aylık geliri 3000-6000 TL ve 1000-3000 TL olan anlamlı düzeyde düşük bulunmuştur ($p <0.05$).
- 14) Üniversite mezunu bireylerin ortalama yeni besin korkusu düzeyi ilköğretim ve lise mezunlarına kıyasla anlamlı derecede düşük bulunmuştur ($p<0.05$).
- 15) Neofobik bireylerin denediği süt ve süt ürünü ve meyve çeşidi sayısı nötr ve neofilik bireylere kıyasla daha azdır ($p<0.05$). Neofobik bireylerin denediği sebze sayısı neofilik bireylere kıyasla daha azdır ancak bu fark anlamlı değildir ($p>0.05$). Neofilik bireylerin denediği fast food ve atıştırmalık çeşidi neofobik bireylere kıyasla daha fazladır ($p<0.05$).
- 16) Bireylerin yeni besin korkusu seviyesi arttıkça denediği tahıl ürünü sayısı anlamlı derecede azalmaktadır ($p<0.05$).
- 17) Y Kuşağı'nın denediği süt ve süt ürünü çeşidi sayısı diğer tüm kuşaklardan daha fazladır ($p<0.05$).
- 18) Bebek Patlaması Kuşağı'nın denediği sebze çeşidi sayısı Z Kuşağı'na kıyasla anlamlı derecede fazladır ($p<0.05$).

- 19)Bebek Patlaması Kuşığı'nın denediği meyve çeşidi sayısı tüm kuşaklardan daha azdır ($p<0.05$). En fazla meyve çeşidi deneyen kuşak Y Kuşığı'dır ve denediği meyve çeşidi sayısı Bebek Patlaması ve Z Kuşığı'ndan anlamlı derecede daha fazladır ($p<0.05$).
- 20)En az tahıl ürünü deneyen kuşak olan Bebek Patlaması Kuşığı, Y ve Z Kuşığı'ndan anlamlı derecede daha az tahıl ürünü denemiştir ($p<0.05$). En fazla tahıl ürünü deneyen Y Kuşığı ise Bebek Patlaması ve X Kuşığı'ndan anlamlı derecede daha fazla tahıl ürünü denemiştir ($p < 0.05$).
- 21)En az sayıda fastfood ve atıştırılmalık çeşidini Bebek Patlaması Kuşığı denemiştir ve denediği çeşit sayısı Y ve Z Kuşığı'ndan anlamlı derecede daha azdır ($p<0.05$).
- 22) Z Kuşığı'nın diğer kuşaklara kıyasla patatase verdiği puan daha fazla ve bamyaya verdiği puan daha azdır ($p<0.05$). Ayrıca Z Kuşığı'ndaki bireylerin kerevize verdiği puan diğer kuşaklara göre ve X Kuşığı'na kıyasla anlamlı derecede azdır ($p<0.05$).
- 23)Avokado, ahududu, böğürtlen, muz ve kiviye en az puanı veren kuşağın Bebek Patlaması, en fazla puanı verenin ise Z Kuşığı olduğu, tüm bu meyvelerin puanlarında aralarındaki bu iki kuşak arasındaki farkın anlamlı olduğu görülmüştür ($p<0.05$).
- 24)Tüm kuruyemiş çeşitlerine en az puanı veren kuşak Bebek Patlaması, en fazla puanı veren kuşak Z Kuşığı olmuştur. Ancak sadece ayçiçek çekirdeği, badem, fındık ve antep fıstığı için bu iki kuşağın puanları arasındaki fark anlamlıdır ($p>0.05$).

- 25) Bebek Patlaması Kuşığı'nın diğer kuşaklara kıyasla kalamar, salam ve sosise anlamlı derecede az puan verdiği saptanmıştır ($p<0.05$). Salam ve sosise en fazla puan veren kuşak Z Kuşığı'dır.
- 26) Z Kuşığı'nın tüm tahıl ürünlerine diğer kuşaklara kıyasla daha fazla puan verdiği ve özellikle kahvaltılık mısır gevreğine verdiği puanın tüm kuşaklardan anlamlı derecede fazla olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Bebek Patlaması Kuşığı'nın galeta ve kahvaltılık mısır gevreğine verdiği puanlar diğer kuşaklardan daha azdır ($p<0.05$).
- 27) Tüm fastfood ve atıştırmalık ürünler için verilen puanların eski kuşaklardan yeni kuşaklara gidildikçe arttığı saptanmıştır. Tüm fastfood ve atıştırmalık ürünler için en fazla puanı veren kuşağın Z Kuşığı ve en az puanı veren kuşağın Bebek Patlaması Kuşığı olduğu görülmektedir.
- 28) Z Kuşığı'nın patates cipsi, çikolata, bisküvi, kraker, kumpir ve enerji içeceklerine verdiği puanlar diğer kuşaklara kıyasla istatistiksel olarak daha fazladır ($p < 0.05$).
- 29) Bebek Patlaması Kuşığı'nın pizza, midye dolma, hamburger ve enerji içeceklerine verdiği puan diğer kuşaklara kıyasla anlamlı derecede azdır ($p<0.05$).
- 30) Bireylerin aldıkları enerji, makro ve mikro besin öğelerinin miktarları için kuşaklar arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0.05$).
- 31) Bireylerin enerji gereksinimlerini karşılama oranları neofilik bireyler için %69,82, nötr bireyler için %71,90 ve neofobik bireyler için %83,20 olarak hesaplanmış ve neofobik bireylerin yalnızca enerji gereksinimini karşılama oranlarının neofilik bireylerde anlamlı derecede fazla olduğu

görülmüştür ($p<0.05$). Diğer besin öğelerin karşılanma oranları açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

- 32) Eski kuşaklardan yeni kuşaklara gidildiğinde anlamlı derecede olmasa da sakkaroz alımının arttığı saptanmıştır.
- 33) Z Kuşağı'nın sakkaroz alım miktarının Bebek Patlaması Kuşağı'ndan anlamlı derecede fazla olduğu saptanmıştır ($p<0.05$).
- 34) X Kuşağı'nın K vitamini alım miktarının Z Kuşağı'na kıyasla anlamlı oranda fazla olduğu saptanmıştır ($p<0.05$).
- 35) Z Kuşağı'nın A ve C vitaminlerini alım miktarı ve gereksinimi karşılama oranı Bebek Patlaması Kuşağı'ndan anlamlı derecede azdır ($p<0.05$).
- 36) Diyetle demir minerali gereksinimini karşılama oranlarına bakıldığında; Bebek Patlaması Kuşağı'nın Y ve Z Kuşağı'ndan ve X Kuşağı'nın Y Kuşağı'ndan anlamlı derecede fazla olduğu saptanmıştır ($p<0.05$).
- 37) Kuşaklar arasında en fazla diyet posası alımı olan kuşak Bebek Patlaması Kuşağı olmuştur ve gereksinimi karşılama oranının Y Kuşağı'na kıyasla anlamlı derecede fazla olduğu görülmüştür ($p<0.05$).

6.2 Öneriler

Yeni besin korkusu, yeni ve farklı besinleri denemekten kaçınma ile karakterizedir ve diyetteki besin çeşitliliğini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Diyetteki besin çeşitliliği yeterli ve dengeli beslenmenin sürdürülebilmesi için büyük önem taşımaktadır. Bu çalışmada yeni besin korkusu arttıkça bireylerin denedikleri meyve, süt ve süt ürünleri, yumurta ve et ürünleri, tahıl ürünleri gibi sağlıklı besin çeşitlerinin sayısı azaldığı saptanmıştır. Bu sağlıklı yiyeceklerin tüketilmemesiyle diyet kalitesinde azalma görüleceğinden, yüksek düzeyde yeni besin korkusuna sahip olan bireyler beslenme danışmanlığı almak adına diyetisyene yönlendirilmelidir.

Bu çalışmada özellikle Bebek Patlaması ve X Kuşağı kuşaklarının yeni besin korkusu eğiliminin daha yüksek olduğu saptanmıştır. İleri yaşlarda kronik hastalık ve malnütrisyon riskinin arttığı göz önüne alındığında; diyet kalitelerinin yeni besin korkuları nedeniyle azalmaması adına risk altındaki bireyler hakkında diyetisyenlere önemli görevler düşmektedir. Özellikle danışmalık yapan diyetisyenlerin bireylerdeki bu tip durumları saptayıp uygun eğitimler vermeleri ve diyetlerini bu durumları göz önünde bulundurarak düzenlemelidir.

Eğitim ve sosyoekonomik düzeyi düşük olan bireylerin yeni besin korkusu eğilimi daha fazladır. Bu konuda risk grubunda olan bireylere farklı, besleyici yiyeceklerin tanıtılması, bu besinlerin özellik ve içeriklerinin açıklanması, sağlayacağı faydaların anlatılması yeni yiyeceklere karşı oluşan korkularının azalmasında fayda sağlayacaktır.

Bireyler tanımadıkları besinlerden zararlı olabileceği düşüncesi ile korkma/kaçınma eğiliminde oldukları için, topluma sunulan yeni besinlerin olası tüm etki ve içeriği konusunda tarafsız bir tutumla toplum bilinçlendirilmelidir.

Yeni besin korkusunun beslenme üzerinde pek çok etkisinin olduğu bilinmesine rağmen literatürde bu konuyla ilgili sınırlı çalışma bulunmaktadır. Özellikle yetişkin bireylerin yeni besin korkularını inceleyen oldukça az çalışma bulunduğundan orta ve ileri yaşlı bireylerde yeni besin korkusu varlığını, nedenlerini ve bireylerin beslenme durumuna etkisini inceleyen daha fazla çalışma yapılması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Adıgüzel, O., Batur, H. Z., & Ekşili, N. (2014). *Kuşakların değişen yüzü ve Y kuşağı ile ortaya çıkan yeni çalışma tarzı: Mobil yakalılar*. Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 171-182.
- Altıparmak, Ş. (2021). *X, Y, Z Kuşağına Mensup Kadınların Din Algularının Karşılaştırılması: Konya Örneği*, Yüksek Lisans Tezi, Kto Karatay Üniversitesi.
- Altuntuğ, N. (2012). *Kuşaktan Kuşağa Tüketim Olgusu Ve Geleceğin Tüketici Profili*. Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi., (1):203-212.
- Apaydın, Ç. ve Kaya, F. (2020). *An Analysis Of The Preschool Teachers' Views On Alpha Generation*. European Journal of Education Studies, 6(11), 123- 140.
- Arslan, P., Karağaoğlu, N., Duyar, İ., Güleç, E. (1993). *Yüksek Öğrenim Gençlerinin Beslenme Alışkanlıklarının Puanlandırma Yöntemi İle Değerlendirilmesi*. Beslenme Ve Diyet Dergisi, 22(2), 195-208.
- Aşık, N. A. (2019). *X Ve Z Kuşağı Tüketicilerin Yiyecek Tercihlerini Etkileyen Faktörler* (Factors Affecting. Journal Of Tourism And Gastronomy Studies), 2599, 2611.

- Aydın N. (2018). *Kuşaklar Arası Kadınların Doğum Alguları Ve Deneyimlerinin Nitel Analizi* (Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü)
- Ayhün, S. E. (2013). “*Kuşaklar Arasındaki Farklılıklar ve Örgütsel Yansımaları*”. *Ekonomi ve Yönetim Araştırmaları Dergisi*. 2(1). 93-112.
- Barrena R, Sánchez M. (2013). *Neophobia, Personal Consumer Values and Novel Food Acceptance*. *Food Qual Prefer*. 27(1):72-84.
- Başgöze, P., Bayar, N. A. (2015). “*Eko Otellerden Hizmet Satın Alımında Kuşaklar Arası Farklılaşmalar Üzerine Bir Çalışma*”. *Sosyoekonomi*, 23(24), 118-130.
- Baysal A. (2016). *Beslenme*. 15. Baskı. Ankara: Hatiboğlu Yayınları.
- Baysal A, Keçecioglu S, Arslan P ve ark. (1991). *Besinlerin Bileşimleri*. Türkiye Diyetisyenler Derneği Yayını No: 1, Ankara.
- Baysal, I. (2020). *Spor Yapan Bireylerin Yeni Besin Korkusu ve Ortoreksiya Nervoza Eğilimleri ile Beslenme Durumları Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi*. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 1-8.
- Bekar, A., Gümüş Dönmez, F. (2014). “*Temalı Restoranlar ve Temalı-Etnik Restoran Ayrımı*”. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*.

TÖBR (2015). *Türkiye'ye Özgü Beslenme Rehberi*. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü. Yenilenmiş 1. Baskı, Ankara.

BritainThinks. (2019). *Future Consumer: Food and Generation Z*. Erişim Linki: https://www.food.gov.uk/sites/default/files/media/document/fsa191102bt-gen-z_rea_full-report_081019-final.pdf

Cashdan, E. (1994) *A Sensitive Period For Learning About Food*. Human Nature 5, 279–291.

Cennamo, L., Gardner, D. (2008). “*Generational Differences in Work Values, Outcomes and Person-Organization Values Fit*”. Journal of Managerial Psychology, 23(8), 291-906.

Ceylan, V., Akar Şahingöz, S. (2019). *Yetişkin Bireylerde Gıda Neofobi Düzeyinin Belirlenmesi*. Journal of Tourism and Gastronomy Studies, 7 (2), 772-784.

Cheney CD, Miller ER. (1997) *Effects of forced flavor exposure on food neophobia*. Appl Anim Behav Sci., 53(3):213-7.

Chen, P., Choi, Y. (2008). “*Generational Differences in Work Values: A Study of Hospitality Management*”. International Journal of Contemporary Hospitality Management, 20(6), 595-615.

Comte, A., (1974). *The Positive Philosophy*, (Ed. Abraham S. Blumberg), AMS Pres. New York.

Cooke L, Wardle J, Gibson EL. (2003). *Relationship between parental report of food neophobia and everyday food consumption in 2–6-year-old children*. *Appetite*. 41(2):205-6.

Cooke LJ, Haworth CM, Wardle J. (2007). *Genetic and environmental influences on children's food neophobia*. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 86(2): 428-433.

Costa, A., Silva, C., Oliveira, A. (2020). *Food neophobia and its association with food preferences and dietary intake of adults*. *Nutrition and Dietetics*, 77(5), 542–549.

Crane, A. L., Ferrari, M. C. (2017). *Patterns of predator neophobia: a meta-analytic review*. *Proceedings of the Royal Society B: Biological Sciences*, 284(1861), 20170583.

Çakmakçı, S., Tahmas-Kahyaoğlu, D. (2012). *Yağ Asitlerinin Sağlık Ve Beslenme Üzerine Etkilerine Genel Bir Bakış*. *Akademik Gıda*, 10(1), 103-113.

Çelik, H. (2020). *Cam Tavan Algısının Farklı Kuşaklar Açısından Değerlendirilmesi: X, Y Ve Z Kuşakları İle Bir Çalışma* (Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Yüksek Lisans Programı)

- Davis, E. (2016). *Work Value Priority of Millennial Student*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Eastern Michigan University, Michigan.
- Demattè, M. L., Endrizzi, I., Biasioli, F., Corollaro, M. L., Pojer, N., Zampini, M., & Gasperi, F. (2013). *Food neophobia and its relation with olfactory ability in common odour identification*. *Appetite*, 68, 112-117
- Desor, J. A., Beauchamp, G. K. (1987). “*Longitudinal Changes in Sweet Preferences in Humans*”. *Physiology and Behavior*, 39(5), 639-642.
- Doma, K. M., Soucier, V. D., Farrell, E. L., Leith-Bailey, E. R., & Duncan, A. M. (2018). *An Examination of Food Neophobia in Older Adults*. *Planta Medica International Open*, 5(S 01), FF05P.
- Dovey, T. M., Staples, P. A., Gibson, E. L., Halford, J. C. (2008). *Food neophobia and ‘picky/fussy’ eating in children: a review*. *Appetite*, 50(2-3), 181-193.
- Dölekoğlu, C. Ö. ve Çelik, O. (2018). *Y Kuşağı Tüketicilerin Gıda Satın Alma Davranışı*. *KSÜ Tarım ve Doğa Dergisi*, 21 (Özel Sayı): 55-66.
- Edwards JS, Hartwell HL, Brown L. (2010). *Changes in food neophobia and dietary habits of international students*. *J Hum Nutr Diet*, 23(3):301-11
- Ergün Doğanbaş, Z. (2017). *Dönüştürücü Liderlik İle İş Tatmini Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Kuşaklar Arası Farklılık*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, , Çankaya Üniversitesi.

- Falciglia GA, Couch SC, Gribble LS, Pabst SM, Frank R. (2000). *Food Neophobia in Childhood Affects Dietary Variety*. J Am Diet Assoc. 100(12):1474-81
- Fernando, J. (2016). *General Differences and Demand for Food*. Consumer Cornerupdates from the Competitiveness and Market Analysis Section, 37.
- Fernández-Ruiz V., Claret A., Chaya C. (2013). *Testing a Spanish-version of the Food Neophobia Scale*. Food Qual Prefer. 28:222–5.
- Fischler, C. (1988). *Food, Self and Identify*. Social Science Information, 27, 275-292.
- Finistrella, V., Manco, M., Ferrara, A., Rustico, C., Presaghi, F., & Morino, G. (2012). *Cross-Sectional Exploration Of Maternal Reports Of Food Neophobia And Pickiness In Preschooler-Mother Dyads*. Journal Of The American College Of Nutrition, 31(3), 152-159.
- Frank R.A., van der Klaauw, N. (1994). *The relationship of sensory and personality factors to individual differences in reported food preferences*. Appetite 22, 101-123.
- Galloway, A. T., Lee, Y., Birch, L. L. (2003). *Predictors and consequences of food neophobia and pickiness in young girls*. Journal of the American Dietetic Association, 103(6), 692-698.

Garcia-Bailo, B., Toguri, C., Eny, K. M., El-Sohemy, A. (2009). *Genetic variation in taste and its influence on food selection*. OMICS: A Journal of Integrative Biology, 13(1), 69-80.

Güzel, S. (2018). *Yetişkin Bireylerin Diyet Örüntüsünün Koroner Kalp Hastalığı Risk Faktörleri Üzerindeki Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Hamilton, E. M., & Whitney, E. (1979). *Nutrition Concepts And Controversies*. Clinical Nutrition Insight, 5(9), 5.

Harper, L., Sanders, K. (1975) *The effects of adults eating on young children's acceptance of unfamiliar foods*. Journal of Experimental Child Psychology 20, 206–214.

Hazley, D., McCarthy, S. N., Stack, M., Walton, J., McNulty, B. A., Flynn, A., Kearney, J. M. (2022). *Food neophobia and its relationship with dietary variety and quality in Irish adults: Findings from a national cross-sectional study*. Appetite, 169, 105859.

Helland SH, Bere E, Bjornara HB, Overby NC. (2017). *Food neophobia and its association with intake of fish and other selected foods in a Norwegian sample of toddlers: A cross-sectional study*. Appetite. 114:110-7.

- Işkın, M. (2016). *Üniversite Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları Üzerine Bir Araştırma: Sakarya Üniversitesi Örneği*, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi.
- Jaeger S. R., Rasmussen, M. A., & Prescott, J. (2017). *Relationships between food neophobia and food intake and preferences: Findings from a sample of New Zealand adults*. *Appetite*, 116, 410–422
- Jaleniauskiene, E., Juceviciene, P. (2015). *Reconsidering University Educational Environment for the Learners of Generation Z*. *Social Sciences*, 88(2), 38-53.
- Johnson SL, Davies PL, Boles RE, Gavin WJ, Bellows LL. (2015). *Young children's food neophobia characteristics and sensory behaviors are related to their food intake*. *J Nutr*. 145(11):2610-6
- Kabaran, S. (2011). *Ailelerin Besin Seçiminin Çocukların Besin Seçimi ve Yeni Besin Deneme Fobisi Üzerindeki Etkisinin Değerlendirilmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Kahvecioğlu, Ş. (2021). *Üniversite Öğrencilerinde Yeni Besin Korkusu İle Ortoreksiya Nervozanın Ve Etkili Etmenlerin Araştırılması*, Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Kaplan, A. (2018). *Gastronomi Turistlerinin Gıda Seçiminde Neofobi-Neofili Etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü)

- Kazkondur, İ. (2020). *Türkiye'de Yeme İçme Alışkanlıklarının Kuşaklara Göre Değişimi* (Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü)
- Kılıç, E., Şanlıer, N. (2007). *Üç Kuşak Kadınının Beslenme Alışkanlıklarının Karşılaştırılması*. Kastamonu Eğitim Dergisi, 15(1), 31-44.
- Knaapila, A., Tuorila, H., Silventoinen, K., Keskitalo, K., Kallela, M., Wessman, M., Perola, M. (2007). *Food Neophobia Shows Heritable Variation In Humans*. Physiology & Behavior, 91(5), 573-578.
- Kol, C. K. (2020). *Akademisyenlerin Yeni Besinlere Karşı Yaklaşımlarının Saptanması Ve Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- La Barbera, F., Verneau, F., Amato, M., ve Grunert, K. (2018). *Understanding westerners' disgust for the eating of insects: The role of food neophobia and implicit associations*. Food Quality and Preference, 64, 120-125.
- Lafraire J, Rioux C, Giboreau A, Picard D. (2016). *Food rejections in children: Cognitive and social/environmental factors involved in food neophobia and picky/fussy eating behavior*. Appetite. 96:347-57.
- Levickaite, R., (2010). *Generations X, Y, Z: How social networks form the concept of the world without borders (the case of Lithuania)*. LIMES: Cultural Regionalistic. 3 (2), pp. 170-183.

- Laureati, M., Bertoli, S., Bergamaschi, V., Leone, A., Lewandowski, L., Giussani, B., Pagliarini, E. (2015). *Food neophobia and liking for fruits and vegetables are not related to Italian children's overweight*. *Food quality and preference*, 40, 125-131.
- MacIntyre, S., Reilly, J., Miller, D. ve Eldridge, J. (1998). *Food Choice, Food Scares and Health: The Role of the Media*. Murcott, A. (Der): *The Nation's Diet: The Social Science of Food Choice*. London: Longman: 228-249.
- Maiz, E., Balluerka, N. (2016). *Nutritional status and Mediterranean diet quality among Spanish children and adolescents with food neophobia*. *Food Quality and Preference*, 52, 133-142.
- Mat, C. (2020) *The Relationship Between Personality Traits, Interpersonal Conflict Resolution Strategies And Coping Skills Among X, Y, Z Generations*. (Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- McFarlane, T., Pliner, P. (1997). *Increasing willingness to taste novel foods: effects of nutrition and taste information*. *Appetite*, 28(3), 227-238.
- Meiselman, H. L., King, S. C., Gillette, M. (2010). *The demographics of neophobia in a large commercial US sample*. *Food quality and preference*, 21(7), 893-897.
- Mennella JA, Jagnow CP, Beauchamp GK. (2001). *Prenatal and postnatal flavor learning by human infants*. *Pediatrics*. 107(6).

- Meseri R., Ucku R., Unal B. (2014). *Waist:Height Ratio: A Superior Index in Estimating Cardiovascular Risks in Turkish Adults*. Public Health Nutrition, 17(10), 2246-2252.
- Miller, S. B. (2004). *Disgust The Gatekeeper Emotion*, The Analytic Press, Inc., Publishers 101 West Street, Hillsdale.
- Muhammad R, Abdullah KM, Zahari MSM, Sharif MSM. (2015). *Revealing the scenario of food neophobia among higher learning institution students from Klang Valley, Malaysia*. Procedia Soc Behav Sci.;170:292-9.
- Murphy, C. (1993). *Nutrition and Chemosensory Perception in The Elderly*. Critical Reviews in Food Science and Nutrition, 33(1), 3-15.
- Mücevher, M. H., Erdem, R. (2018). *X Kuşığı Akademisyenler İle Y Kuşığı Öğrencilerin Birbirlerine Karşı Algıları*. Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi, 9(22), 60-74.
- Nagy, Á., & Kölcsey, A. (2017). *Generation Alpha: Marketing Or Science*. Acta Educationis Generalis, 7(1), 107-115.
- Neumark-Sztainer, D., Story, M., Perry, C., Casey, M. A. (1999). *Factors influencing food choices of adolescents: findings from focus-group discussions with adolescents*. Journal of the American dietetic association, 99(8), 929-937.

- Okumus B., Dedeoğlu, B. B., Shi, F. (2021). *Gender and generation as antecedents of food neophobia and food neophilia*. *Tourism Management Perspectives*, 37, 100773).
- Olabi, A., Najm, N. E. O., Baghdadi, O. K., Morton, J. M. (2009). *Food neophobia levels of Lebanese and American college students*. *Food Quality and Preference*, 20(5), 353-362.
- Ölçüm, D., Polat, S. (2016). *Öğretmen İmajının Kuşaklar Bazında Değerlendirilmesi*. *Journal of Teacher Education and Educarts*, 5(3), 361-397.
- Öztürk, E., Tekeli, S. (2021) *Tüketicilerin Besin Seçim Gúdüleri: Y Ve Z Kuşaklarının Karşılaştırılması*. *Pazarlama Ve Pazarlama Araştırmaları Dergisi*, 14(1), 147-182.
- Parment, A. (2013). *Generation Y vs. Baby Boomers: Shopping Behavior, Buyer Involvement and Implications for Retailing*. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 20, 189-199.
- Pekcan, G. (2008). *Beslenme Durumunun Saptanması*. *Diyet El Kitabı*, 67-141.
- Pekmezci, P. (2017). *Ailelerin Etnosentrik Gıda Ürünleri Tüketim Davranışları: Kuşaklararası Bir İnceleme*. (Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aile ve Tüketici Bilimleri)

- Pelchat, M. L., & Pliner, P. (1995). "Try it. You'll like it". *Effects Of Information On Willingness To Try Novel Foods*. *Appetite*, 24(2), 153-165.
- Pliner, P., Eng, A. Krishnan, K. (1995). *The Effects Of Fear and Hunger On Food Neophobia In Humans*. *Appetite*, 19, 77-87.
- Pliner P, Hobden K. (1992). *Development Of A Scale To Measure The Trait Of Food Neophobia In Humans*. *Appetite*; 19: 105-120.
- Pliner, P., Salvy, S. (2006). *Food Neophobia In Humans*. *Frontiers In Nutritional Science*, 3, 75.
- Predieri, S., Sinesio, F., Monteleone, E., Spinelli, S., Cianciabella, M., Daniele, G. M., Dinnella, C., Gasperi, F., Endrizzi, I., Torri, L., Toschi, T. G., Bendini, A., Pagliarini, E., Cattaneo, C., Di Monaco, R., Vitaglione, P., Condelli, N., & Laureati, M. (2020). *Gender, age, geographical area, food neophobia and their relationships with the adherence to the mediterranean diet: New insights from a large population cross sectional study*. *Nutrients*, 12(6), 1–14.
- Proserpio C., Laureati M., Bertoli S., Battezzati A., Pagliarini E. (2016). *Determinants of obesity in Italian adults: The Role of Taste Sensitivity, Food Liking, and Food Neophobia*. *Chemical Senses*. 41(2):169–76.
- Proserpio, C., Laureati, M., Invitti, C., Pagliarini, E. (2018). *Reduced Taste Responsiveness and Increased Food Neophobia Characterize Obese Adults*. *Food Quality and Preference*, 63, 73-79.

- Rakıcıoğlu N, Acar Tek N, Ayaz A, Pekcan G. (2009). *Yemek ve Besin Fotoğraf Kataloğu: Ölçü ve Miktarları*. Ankara: Ata Ofset Matbaacılık.
- Raudenbush B., van der Klaauw, N.J. Frank, R.A. (1995). *The contribution of psychological and sensory factors to food preference patterns as measured by the Food Attitudes Survey (FAS)*. *Appetite* 25, 1-15.
- Rioux C, Picard D, Lafraire J.(2016). *Food rejection and the development of food categorization in young children*. *Cognitive Development*; 40: 163-177.
- Rigal, N., Frelut, M. L., Monneuse, M. O., Hladik, C. M., Simmen, B., & Pasquet, P. (2006). *Food neophobia in the context of a varied diet induced by a weight reduction program in massively obese adolescents*. *Appetite*, 46(2), 207-214.
- Rozin, P. (1978). *The Use Of Characteristic Flavorings In Human Culinary Practice. Flavor: Its Chemical, Behavioral and Commercial Aspects*.
- Rozin, P., Fallon, A. E. (1983). *The psychological bases of food rejections by humans*. *Ecology of food and nutrition*, 13(1), 15-26.
- Rozin, P., Fallon, A. E. (1987). *A Perspective On Disgust*. *Psychological Review*, 94:23-41.
- Rozin P, Vollmecke TA. (1986). *Food Likes and Dislikes*. *Annu Rev Nutr*. 6(1):433-56.

- Russell, C. G., Worsley, A. (2008). *A Population-Based Study of Preschoolers' Food Neophobia and Its Associations With Food Preferences*. Journal of Nutrition Education and Behavior, 40(1), 11-19.
- Sarin, H. V., Taba, N., Fischer, K., Esko, T., Kanerva, N., Moilanen, L., Perola, M. (2019). *Food neophobia associates with poorer dietary quality, metabolic risk factors, and increased disease outcome risk in population-based cohorts in a metabolomics study*. The American Journal of Clinical Nutrition, 110(1), 233-245.
- Senbir, H. (2004). *Z Son İnsan mı? Z Kuşağı ve Sonrasına Dair Düşünceler*. İstanbul: O Kitaplar, 47-49.
- Sezgin, K. (2021). *Yetişkinlerde Gıda Tüketim Alışkanlıklarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırılması*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Schuman, H., Scott, J. (1989). *Generations And Collective Memories*. American Sociological Review, 54(3), 359–381.
- Shim, J. E., Kim, J., Mathai, R. A., Strong Kids Research Team. (2011). *Associations of Infant Feeding Practices and Picky Eating Behaviors Of Preschool Children*. Journal of the American Dietetic Association, 111(9), 1363-1368.

Siegrist M., Hartmann C., Keller C. (2013). *Antecedents of Food Neophobia And Its Association With Eating Behavior and Food Choices*. Food Quality and Preference. 30(2): 293-298.

Stallberg-White, C., Pliner, P. (1999). *The Effect of Flavor Principles on Willingness To Taste Novel Foods*. Appetite, 33, 209-221.

Strauss, W., Howe, N. (1991). *Generations: The History Of America's Future, 1584-2069*. New York: William Morrow and Company, Inc, 425-430.

Şahinöz, S., Özdemir, M. (2017). *Üniversite Öğrencilerinin Süt ve Süt Ürünleri Tüketim Alışkanlıkları ve Etkileyen Faktörler*. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 6(4), 106-112.

Şen, B., (2018). *İstanbul'da Özel Bir Hastanenin Beslenme ve Diyet Kliniğine Başvuran Kişilerin Beslenme Bilgi Düzeyi ve Beslenme Alışkanlıklarının Saptanması*. Yüksek Lisans Tezi: Okan Üniversitesi SBE, İstanbul.

Taş, H.Y., Demirdöğmez, M. ve Küçükoğlu, M. (2017). *Geleceğin Mimarları Z Kuşağının İş Hayatına Muhtemel Etkileri*. Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 7(13), 1031-1048.

Türkiye Beslenme Ve Sağlık Araştırması (TBSA) (2019), T.C. Sağlık Bakanlığı, Ankara, Sağlık Araştırmaları Genel Müdürlüğü, Sağlık Bakanlığı Yayını No:1132

Tosyalı, S. (2019). *Besin Seçimi Ve Belirleyicileri: Lise Öğrencilerinde Nitel Bir Çalışma*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kayseri: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Tuorila, H., Lähteenmäki, L., Pohjalainen, L., Lotti, L. (2001). *Food neophobia among the Finns and related responses to familiar and unfamiliar foods*. Food quality and preference, 12(1), 29-37.

Tuorila, H. M., Meiselman, H. L., Bell, R., Cardello, A. V., Johnson, W. (1994). *Role of Sensory and Cognitive Information in the Enhancement of Certainty and Linking for Novel and Familiar Foods*. Appetite, 23, 231–246

Tutgun-Ünal, A. ve Deniz, L. (2019). *Sosyal Medya Kuşaklarının Sosyal Medya Kullanım Seviyeleri Ve Tercihleri*. 5. Uluslararası Sosyal ve Eğitim Bilimleri Araştırmaları Kongresi, Bandırma.

TÜBER 2015, (2019), *Türkiye Beslenme Rehberi*, Ankara, T.C. Sağlık Bakanlığı
Yayın No: 1031.

TÜİK (2019), *Türkiye Sağlık Araştırması 2019 Raporu* , Türkiye İstatistik Kurumu.
<https://www.scribd.com/document/517138961/Turkiye-Sa%C4%9Flık-Ara%C5%9Ft%C4%B1rmas%C4%B1-2019-Raporu>
Erişim Tarihi: 07.06.2022

- TÜİK (2020), *Türkiye Sağlık Araştırması 2019*, Türkiye İstatistik Kurumu, Sayı: 33661. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Turkiye-Saglik-Arastirmasi-2019-33661> Erişim Tarihi: 07.06.2022
- TÜİK (2021), *Adrese Dayalı Nüfus Kayıt Sistemi Sonuçları 2021*, Türkiye İstatistik Kurumu, Sayı: 45500. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Adrese-Dayali-Nufus-Kayit-Sistemi-Sonuclari-2021-4550> Erişim Tarihi: 05.06.2022
- TÜİK, (2022) *Bitirilen Eğitim Durumuna Göre ve Cinsiyete Göre Nüfus (6+yaş)* Ulusal Eğitim İstatistikleri Veritabanı, <https://data.tuik.gov.tr/Kategori/GetKategori?p=Egitim,-Kultur,-Spor-ve-Turizm-105> Erişim Tarihi:07.06.2022
- Uçar, B. (2021). *X, Y, Z Kuşaklarında Sağlıkın Önemi Ve Sağlıklı Yaşam Biçimini Davranışlarının Değişimi*, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Uçar, E. M. (2018). *Yetişkin Bireylerde Yeni Besin Korkusu ve Diyet Kalitesinin Değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Uçar E., Gümüş D., Karabulut E., Kızıllı M. (2020). *Yeni Besin Korkusu Ölçeğinin Türkçeye Uyarlaması ve Uygun Faktör Yapısının Belirlenmesi*. Türkiye Klinikleri Sağlık Bilimleri Dergisi, Türkiye Klinikleri Journal of Health Sciences.

- Umutoni, L. (2021) *Dijital Reklamcılık Ve Z Kuşığı: Z Kuşağının Online Davranışsal Reklamcılık İle İlgili Görüşlerinin Analizi*. (Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü)
- Urlick, M., & Arslantaş, A. (2018). *A comparison of US and Turkish perspectives of generations*. *Gerontology & Geriatrics Studies*.
- Ünsal, A. (2019). *Beslenmenin Önemi ve Temel Besin Öğeleri*. *Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(3), 1-10).
- Van den Heuvel, E., Newbury, A., & Appleton, K. M. (2019). *The Psychology of Nutrition with Advancing Age: Focus on Food Neophobia*. *Nutrients*, 11(1).
- Weingarten, R.M. (2009). *Four Generations, one Workplace: A Gen X-Y Staff Nurse's View of Team Building in the Emergency Department*. *Journal of Emergency Nursing*. 35 (1), 27-30.
- WHO (World Health Organization). (2004). *Global Strategy On Diet, Physical Activity And Health*. Geneva.
- WHO. (2010). *A healthy lifestyle - WHO recommendations*. İnternet Erişimi. <https://www.who.int/europe/news-room/fact-sheets/item/a-healthy-lifestyle---who-recommendations> Erişim Tarihi: 07.03.2022
- WHO. (2011) *Waist circumference and waist-hip ratio: Report of A WHO Expert Consultation*. Geneva.

WHO (2015) *Sugars Intake for Adults and Children*. Geneva: Guideline WorldHealth Organization.

Williams, K.C., Page, R.A. (2011). *Marketing to the Generations*, Journal of Behavioral Studies in Business, 5(1):1-17.

EKLER

Ek A: Anket Formu

Farklı Kuşakların Yeni Besin Korkusu ve Beslenme Durumunun Değerlendirilmesi		
Tarih:		
Anket No:		
A. Genel Bilgiler		
Anket sorularını, size uygun olan seçeneğin yanındaki kutucuğa “x” işareti ile işaretleyerek veya daire içine alarak yanıtlayınız.		
1	Cinsiyetiniz	1.Erkek 2.Kadın
2	Doğum Tarihiniz:	1.1946-1964 arası 2.1965-1979 arası 3.1980-1999 arası 4.2000 ve sonrası
3	Medeni Durumunuz	1.Evli 2.Bekar
4	Eğitim Durumunuz	1 .Okuryazar değil 2.Okuryazar 3.İlköğretim 4.Lise 5.Üniversite
5	Mesleğiniz	1.Memur 2.Öğrenci 3.İşçi 4.Serbest meslek 5.Emekli 6.Çalışmıyorum 8.Diğer.....
6	Evde Yaşayan Kişilerin Aylık Toplam Geliri (TL)	1.1000-3000 TL arası 2.3000-6000 TL arası 3.6000 TL üzeri

7	Sigara kullanıyor musunuz?	1.Hayır 2.Evet (.....adet/gün)
8	Alkol kullanıyor musunuz?	1.Hayır 2.Evet (.....Kadeh/bardak) (.....Gün/hafta/yıl)
9	Hekim tarafından tanısı konulmuş herhangi bir hastalığınız var mı?	1.Hayır 2.Evet Cevabınız “evet” ise hangisi/hangileri? (Birden fazla şık işaretleyebilirsiniz) 1. Diyabet 2. Kalp-damar hastalıkları 3. Sindirim sistemi hastalıkları 4. Böbrek hastalıkları 5. Karaciğer-safra kesesi hastalıkları 6. Kas-kemik-eklem hastalıkları 7. Solunum yolu hastalıkları 8. Nörolojik hastalıklar 9. Psikiyatrik hastalıklar 10. Diğer (.....)

	B.Beslenme Alışkanlıkları	
10	Günde kaç öğün yemek yersiniz?Ana öğünAra öğün
11	Ana öğün atlar mısınız?	1. Evet 2.Hayır 3.Bazen
12	Cevabınız evet veya bazen ise genelde hangi ana öğünü atarsınız?	1. Kahvaltı 2. Öğle Yemeği 3.Akşam Yemeği
13	Öğün saatleriniz düzenli midir?	1.Hayır 2.Evet
14	Ana yemeklerinizi genellikle kiminle tüketirsiniz?	1.Yalnız başıma 2.Arkadaşlarımla 3.Ailemle birlikte

15	Bir besini sevmediğinize emin olmadan önce kaç defa denersiniz?	1. 1 defa 2. 2 defa 3. 3-5 defa 4. 6 ve üzeri
16	Sebze tüketir misiniz?	1. Asla 2. Nadiren 3. Bazen 4. Çoğunlukla 5. Her Gün
16	Meyve tüketir misiniz?	1. Asla 2. Nadiren 3. Bazen 4. Çoğunlukla 5. Her Gün

C. ANTROPOMETRİK LUMLER

1. Boy uzunluğu: cm

2. Vücut Ağırlığı : kg

3. Bel evresi :.....cm

4. Kalça evresi:.....cm

5. BKİ:..... kg/m²

Yeni Besin Korkusu Ölçeği (FNS)

Bu bölüm, yeni besinlerden kaçınma eğilimini ölçmede kullanılacaktır. Her madde ‘kesinlikle katılmıyorum’ dan (1) ‘çok katılıyorum’ a (7) doğru olacak şekilde 7 kategorilik aralığa sahiptir. Her madde için, size en uygun olan katılma durumlarından sadece 1 tanesini işaretleyiniz.

		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Az Katılmıyorum	Kararsızım (Aradayım)	Az Katılıyorum	Katılıyorum	Çok Katılıyorum
1.	Sürekli yeni ve farklı besinler seçerim/denerim.							
2.	Yeni besinlere güvenmem.							
3.	Yemeğin içinde ne olduğunu bilmezsem onu tüketmem.							
4.	Farklı ülkelere özgü yemekleri severim.							
5.	Etnik besinler, yemek için fazla garip görünüyorlar.							
6.	Yemek davetlerinde yeni besinler denerim.							
7.	Daha önce yemediğim şeyleri yemeye korkarım.							
8.	Tüketeceğim besinler konusunda çok titizim.							
9.	Neredeyse her şeyi yerim.							
10.	Yeni etnik restoranları denemekten hoşlanırım.							

Besin Çeşitliliğini Saptama Formu

Aşağıda isimleri yer alan besinlerden daha önce tadına baktıklarınız için “evet” bakmadıklarınız için “hayır” kısmını işaretleyiniz. Tadına baktığınız besinleri beğenme derecenizi “Çok Severim” den “Hiç Sevmem”e kadar bulunan şıklardan sadece birini seçerek belirtiniz.

	Besinler	Daha Önce Hiç Tadına Baktınız Mı?	Çok severim	Severim	Kararsızım	Sevmem	Hiç Sevmem
	Süt ve Süt Ürünleri						
1	Süt	1.Evet 2.Hayır					
2	Yoğurt	1.Evet 2.Hayır					
3	Beyaz Peynir	1.Evet 2.Hayır					
4	Tulum Peyniri	1.Evet 2.Hayır					
5	Kaşar Peyniri	1.Evet 2.Hayır					
6	Krem Peynir	1.Evet 2.Hayır					
7	Lor Peyniri	1.Evet 2.Hayır					
8	Hellim Peyniri	1.Evet 2.Hayır					
9	Ayran	1.Evet 2.Hayır					
10	Kefir	1.Evet 2.Hayır					
11	Meyveli Yoğurt	1.Evet 2.Hayır					
	Sebzeler						
12	Domates	1.Evet					

		2.Hayır					
13	Salatalık	1.Evet 2.Hayır					
14	Kuru Soğan	1.Evet 2.Hayır					
15	Sarımsak	1.Evet 2.Hayır					
16	Havuç	1.Evet 2.Hayır					
17	Yeşil Biber	1.Evet 2.Hayır					
18	Kırmızı Biber	1.Evet 2.Hayır					
19	Marul	1.Evet 2.Hayır					
20	Maydanoz	1.Evet 2.Hayır					
21	Nane	1.Evet 2.Hayır					
22	Roka	1.Evet 2.Hayır					
23	Semizotu	1.Evet 2.Hayır					
24	Tere	1.Evet 2.Hayır					
25	Dereotu	1.Evet 2.Hayır					
26	Taze Soğan	1.Evet 2.Hayır					
27	Turp	1.Evet 2.Hayır					
28	Patlıcan	1.Evet 2.Hayır					
29	Pazı	1.Evet 2.Hayır					
30	Patates	1.Evet					

		2.Hayır					
31	Pırasa	1.Evet 2.Hayır					
32	Ispanak	1.Evet 2.Hayır					
33	Lahana	1.Evet 2.Hayır					
34	Mantar	1.Evet 2.Hayır					
35	Pancar	1.Evet 2.Hayır					
36	Kereviz	1.Evet 2.Hayır					
37	Kabak	1.Evet 2.Hayır					
38	Karnabahar	1.Evet 2.Hayır					
39	Taze Fasulye	1.Evet 2.Hayır					
40	Mısır	1.Evet 2.Hayır					
41	Enginar	1.Evet 2.Hayır					
42	Bezelye	1.Evet 2.Hayır					
43	Bamya	1.Evet 2.Hayır					
44	Börölce	1.Evet 2.Hayır					
45	Bakla	1.Evet 2.Hayır					
46	Asma Yaprağı	1.Evet 2.Hayır					
	Meyveler						
47	Ahududu	1.Evet					

		2.Hayır					
48	Ananas	1.Evet 2.Hayır					
49	Armut	1.Evet 2.Hayır					
50	Avokado	1.Evet 2.Hayır					
51	Ayva	1.Evet 2.Hayır					
52	Böğürtlen	1.Evet 2.Hayır					
53	Çilek	1.Evet 2.Hayır					
54	Dut	1.Evet 2.Hayır					
55	Elma	1.Evet 2.Hayır					
56	Erik	1.Evet 2.Hayır					
57	Greyfurt	1.Evet 2.Hayır					
58	Hurma	1.Evet 2.Hayır					
59	İncir	1.Evet 2.Hayır					
60	Kuru İncir	1.Evet 2.Hayır					
61	Karpuz	1.Evet 2.Hayır					
62	Kavun	1.Evet 2.Hayır					
63	Kayısı	1.Evet 2.Hayır					

64	Kuru Kayısı	1.Evet 2.Hayır					
65	Kiraz	1.Evet 2.Hayır					
66	Limon	1.Evet 2.Hayır					
67	Mandalina	1.Evet 2.Hayır					
68	Muz	1.Evet 2.Hayır					
69	Nar	1.Evet 2.Hayır					
70	Mango	1.Evet 2.Hayır					
71	Portakal	1.Evet 2.Hayır					
72	Şeftali	1.Evet 2.Hayır					
73	Üzüm	1.Evet 2.Hayır					
74	Kuru Üzüm	1.Evet 2.Hayır					
75	Vişne	1.Evet 2.Hayır					
76	Kivi	1.Evet 2.Hayır					
	Kuru Baklagiller						
77	Barbunya	1.Evet 2.Hayır					
78	Kuru Fasulye	1.Evet 2.Hayır					
79	Nohut	1.Evet 2.Hayır					

80	Yeşil Mercimek	1.Evet 2.Hayır					
81	Kırmızı Mercimek	1.Evet 2.Hayır					
82	Kuru Börülce	1.Evet 2.Hayır					
	Yağlı Tohumlar						
83	Ayçiçek Çekirdeği	1.Evet 2.Hayır					
84	Badem	1.Evet 2.Hayır					
85	Ceviz	1.Evet 2.Hayır					
86	Fındık	1.Evet 2.Hayır					
87	Kabak Çekirdeği	1.Evet 2.Hayır					
88	Antep Fıstığı	1.Evet 2.Hayır					
89	Yer Fıstığı	1.Evet 2.Hayır					
	Yumurta ve Et Ürünleri						
90	Yumurta (Tavuk)	1.Evet 2.Hayır					
91	Yumurta (Bıldırcın)	1.Evet 2.Hayır					
92	Yumurta (Ördek/Kaz)	1.Evet 2.Hayır					
93	Balık	1.Evet 2.Hayır					
94	Kalamar	1.Evet 2.Hayır					
95	Kırmızı Et	1.Evet 2.Hayır					

96	Tavuk	1.Evet 2.Hayır					
97	Salam	1.Evet 2.Hayır					
98	Sosis	1.Evet 2.Hayır					
99	Sucuk	1.Evet 2.Hayır					
100	Pastırma	1.Evet 2.Hayır					
101	Kokoreç	1.Evet 2.Hayır					
102	Beyin	1.Evet 2.Hayır					
103	Ciğer	1.Evet 2.Hayır					
104	İşkembe	1.Evet 2.Hayır					
	Ekmek Türleri						
105	Beyaz Ekmek	1.Evet 2.Hayır					
106	Tam Buğday Ekmeği	1.Evet 2.Hayır					
107	Çavdar Ekmeği	1.Evet 2.Hayır					
108	Bazlama	1.Evet 2.Hayır					
109	Ekşi Mayalı Ekmek	1.Evet 2.Hayır					
110	Kepek Ekmeği	1.Evet 2.Hayır					
111	Mısır Ekmeği	1.Evet 2.Hayır					
112	Yufka	1.Evet 2.Hayır					

	Tahıl Ürünleri						
113	Pirinç	1.Evet 2.Hayır					
114	Bulgur	1.Evet 2.Hayır					
115	Makarna	1.Evet 2.Hayır					
116	Galet/Grissi ni	1.Evet 2.Hayır					
117	Kahvaltılık Mısır Gevreği	1.Evet 2.Hayır					
118	Yulaf Ezmesi	1.Evet 2.Hayır					
	Fast-food ve atıştırmalık- lar						
119	Patates Cipsi	1.Evet 2.Hayır					
120	Çikolata	1.Evet 2.Hayır					
121	Bisküvi	1.Evet 2.Hayır					
122	Kraker	1.Evet 2.Hayır					
123	Kekler	1.Evet 2.Hayır					
124	Pastalar	1.Evet 2.Hayır					
125	Pizza	1.Evet 2.Hayır					
126	Kumpir	1.Evet 2.Hayır					
127	Kumru (İzmir Özgü	1.Evet 2.Hayır					

	Sandviç)						
128	Boyoz	1.Evet 2.Hayır					
129	Gevrek(Simit)	1.Evet 2.Hayır					
130	Midye Dolma	1.Evet 2.Hayır					
131	Dondurma	1.Evet 2.Hayır					
132	Hamburger	1.Evet 2.Hayır					
133	Döner/İsken- der	1.Evet 2.Hayır					
134	Lahmacun/ Pide	1.Evet 2.Hayır					
135	Gazlı İçecekler	1.Evet 2.Hayır					
136	Enerji İçecekleri	1.Evet 2.Hayır					
137	Hazır Meyve Suları	1.Evet 2.Hayır					

24 Saatlik Besin Tüketim Kaydı

ÖĞÜNLER	BESİNLER (Yiyecekler ve İçecekler)	MİKTAR	İÇİNDEKİLER
SABAHA			
ARA			
ÖĞLE			
ARA			
AKŞAM			
ARA			

Ek B: Etik Kurul Onayı



Doğu Akdeniz Üniversitesi
"Erdem, Bilgi, Gelişim"

Eastern Mediterranean University
"Virtue, Knowledge, Advancement"

Galileo Galilei Sk. / Str.,
99628, Gazimagusa, KUZEY KIBRIS /
Famagusta, NORTH CYPRUS
via Meristis 10, TURKEY
Tel: (+90) 392 630 1327
bayek@emu.edu.tr

Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu (BAYEK) / Board of Scientific Research and Publication Ethics

Sayı: ETK00-2021-0181

01.07.2021

Konu: Etik Kurulu'na Başvurunuz Hk.

Sayın : İlayda Aydın (19500637)

Sağlık Bilimleri Fakültesi.

Yrd. Doç. Dr. Tevhide Ziver Sarp ve Doç. Dr. Ceren Gezer'in danışmanlığında sürdürdüğünüz **"Farklı Kuşakların Yeni Besin Korkusu ve Beslenme Durumlarının Değerlendirilmesi"** konulu yüksek lisans tez çalışmanızla ilgili etik onay başvurunuz Sağlık Bilimleri Fakültesi Etik Alt Kurulu'nun 11.06.2021 tarih ve 2021/03 sayılı toplantısında uygun bulunmuş olup Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu (BAYEK) tarafından onaylanmıştır.

Çalışmalarınızda başarılar dilerim.



Prof. Dr. Yücel Vural

Etik Kurulu Başkanı

YV/şk.

Ek C: Yeni Besin Korkusu Ölçeği Kullanım İzni

On 03/16/21 01:10 PM, **TEVHİDE ZİVER** <tevhide.ziver@emu.edu.tr> wrote:

Sayın Enes Mustafa Uçar,

Ben Doğu Akdeniz Üniversitesi(KKTC) Beslenme ve Diyetetik Bölümü öğretim üyesi Yrd. Doç. Dr. Tevhide Ziver Sarp. Yüksek lisans öğrencim İlayda Aydın'ın "Yeni Besin Korkusunun Kuşaklar Arası Dağılımının ve Beslenmeye Etkilerinin İncelenmesi" başlıklı yüksek lisans tez çalışmasında tarafınızca geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmış ve Türkçe'ye uyarlanmış "Yeni Besin Korkusu Ölçeğinin" kullanımı için izninizi rica ediyorum.

Saygılarımla
Yrd. Doç. Dr. Tevhide Ziver Sarp
D.A.Ü. Beslenme ve Diyetetik Öğretim Üyesi

Gönderen: ENES MUSTAFA UCAR <enesmustafaucar@hacettepe.edu.tr>
Gönderildi: 16 Mart 2021 Salı 00:16
Kime: TEVHİDE ZİVER <tevhide.ziver@emu.edu.tr>
Konu: Re: Yeni Besin Korkusu Ölçeği ile ilgili kullanım izni

Merhaba Hocam,

Elbette, kullanabilirsiniz.

Atıf olarak "https://www.turkiyeklinikleri.com/inpress_article/en-yeni-besin-korkusu-olceginin-turkceye-uyarlamasi-ve-uygun-faktor-yapisinin-belirlenmesi-90386.html" adresinden
"**doi:** 10.5336/healthsci.2020-76664"doi numaralı kaynağı atıf vermeniz daha uygun olacaktır.

Saygılarımla