



Gaziantep Üniversitesi akademik ve idari personelin beslenme alışkanlıklarının karşılaştırılması

Yasin Eroğlu¹
Halil Evren Şentürk²
Kürşat Karacabey³

Özet

Bu çalışma, 2010-2011 Eğitim-Öğretim yılında Gaziantep Üniversitesi'nde çalışan akademik ve idari personelin beslenme alışkanlıklarının tespiti ve sosyo ekonomik değişkenler göz önünde bulundurularak karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır.

Örnekleme; Gaziantep Üniversitesi'nde çalışan 118 personelden oluşmuştur. Araştırmanın genel amacı çerçevesinde uygulanan anketten elde edilen veriler SPSS 17.0 paket programında analiz edilmiştir. Frekans ve yüzde değerleri verilmiş, personellerin beslenme alışkanlıklarının; sosyo-ekonomik duruma göre analizi ki-kare testi ile yapılmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre akademik personel idari personele göre beslenme konusunda daha bilgilidir. Ancak iş yoğunluğundan dolayı daha düzensiz beslenmektedirler.

Anahtar Kelimeler: üniversite personeli; beslenme alışkanlığı

Comparison of eating habits of academic and administrative personnel in Gaziantep University

Abstract

This study was carried out to determine the eating habits and the level of knowledge of academic and administrative personnel and compare those habits considering socio-economical variables

The sample consisted of 118 employees in Gaziantep University. The data collected from the survey that used for the general purpose of the study was analyzed in SPSS 17 package program. Frequency and percentage values were given and analysis of nutrition habits considering to socio-economical condition was done by chi square test.

As a result; academic personnel are more knowledgeable when compared with administrative ones. But, because of work intensity they have more irregular eating habits.

Keywords: university personnel; eating habit

¹ [Gaziantep Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, eroglu@gantep.edu.tr]

² [Muğla Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, senturk@gmail.com]

³ [Gaziantep Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, kkaracabey@gmail.com]

Giriş

Beslenme; büyüme ve gelişme, yaşamın sürdürülmesi, sağlığın korunması ve geliştirilmesi için besinlerin tüketilmesidir. Sağlıklı beslenme; bireyin yaşı, cinsiyeti ve fizyolojik durumu göz önünde bulundurularak ihtiyacı olan tüm besin öğelerinin yeterli miktarda karşılanmasıdır. Yapılan çalışmalar yetersiz beslenmenin fiziksel büyümeyi ve zekâ gelişimini olumsuz yönde etkilediğini göstermektedir (Baysal, 1997). Yeterli ve dengeli beslenme, toplumu ve onu oluşturan bireylerin sağlıklı ve güçlü olarak yaşamasında, ekonomik ve sosyal yönden gelişmesinde, refah düzeylerinin artmasında, huzur ve güvence altında varlıklarını sürdürebilmesinde, temel koşullardan birisi, belki de en önemlisidir (Pekcan, 2001; Şirin 2005).

Türk Erişkinlerinde Kalp Hastalıkları ve Risk Faktörleri (TEKHARF) 2003–2004 örneklemindeki bireylerin genel beslenme alışkanlıklarının incelendiği çalışmada önceki yıllara göre beslenme alışkanlıklarının değiştiği söylenebilir. Bireyin ve toplumun beslenme düzeni ve alışkanlıkları iklim, coğrafi konum, nüfus yapısı, eğitim, iç ve dış göçler, kitle iletişim araçları, sanayileşme gibi sosyal, ekonomik ve kültürel durumlardan etkilenmekte ve değişmektedir. Genetik ve çevresel faktörlerle birlikte, bu değişiklikler farklı sağlık sorunlarının ortaya çıkmasına ve gelişmesine neden olmaktadır (Arslan ve ark., 2006).

Türkiye beslenme durumu yönünden hem gelişmekte olan, hem de gelişmiş ülkelerin sorunlarını birlikte içeren bir görünüme sahiptir. Halkın beslenmesi tahıl ve tahıl ürünlerine dayalı olup, batıdan doğuya, kentsel alandan kırsal alana gidildikçe ve gelir düzeyi düştükçe tahıl tüketiminde artma, hayvansal besinlerin tüketiminde azalma görülmektedir. Süt ve süt ürünleri tüketimi düşük düzeyde olup, et tüketimi de yıllara bağlı olarak azalma göstermektedir. Gelenek ve görenekler, sosyal ve kültürel yapı, ekonomik durum ve eğitim düzeyinin etkisi davranışlara yansımaktadır. Bu durum beslenme sorunlarının niteliği ve görülme sıklığı üzerinde etkili olmaktadır (DPT, 2001; Güler ve Akin, 2006).

Beslenme alışkanlıklarındaki değişikliklerin farkında olmak ve bunların Sosyo-ekonomik ve Sosyo-demografik faktörler ile olan ilişkilerini saptamak, beslenme alışkanlıklarının nedenlerini ve sonuçlarını anlamaya önemli ölçüde ışık tutmaktadır. Kuşkusuz bu da, insanların daha sağlıklı beslenmeleri için gereken değişikliklerin yapılabilmesi ve geliştirilebilmesi konusunda yardımcı olacaktır.

Araştırma 2010-2011 Eğitim-Öğretim yılında Gaziantep Üniversitesi'nde çalışan akademik ve idari personelin beslenme alışkanlıklarını değerlendirmek ve bu kişilerin farklı

Sosyo-ekonomik durumlarının beslenme alışkanlıklarına etkisini saptamak amacıyla planlanıp yürütülmüştür.

Bu çalışma, Gaziantep Üniversitesi'nde çalışan akademik ve idari personelin farkında olmadan ya da farkında olarak uyguladıkları yanlış beslenme alışkanlıklarının tespiti ve bu düzeyin belirlenmesini amaçlamaktadır. Personelin beslenme alışkanlıklarıyla ilgili bilgilerin onların sağlığı açısından önemli olduğu göz önünde bulundurulduğunda, yoğun meslek hayatı olan kişilerin beslenmelerine gerekli özeni gösterip göstermediklerinin saptanması ve farklı sosyoekonomik düzeylerinin beslenme durumlarını nasıl etkilediğinin belirlenmesi ayrıca önem taşımaktadır. Araştırma neticesinde elde edilen veriler, daha sonra bu konuda çalışma yapacak olan araştırmacıların kullanabilmesi açısından da önemlidir.

Yöntem

Araştırmada akademik ve idari personelin beslenme alışkanlıklarının ve Sosyo-ekonomik durumlarının beslenme alışkanlıklarına etkisinin nasıl olduğu belirlenmeye çalışılmaktadır. Bu belirlemeler, personelin görüşlerine dayalıdır ve araştırmada öğrencilerin beslenme alışkanlıkları kendi koşulları içerisinde olduğu gibi gözlenmekte ve tanımlanmaktadır.

Araştırmanın örneklemini; Gaziantep Üniversitesi'nde çalışan 118 personel oluşturmaktadır. Araştırma yeri olarak Gaziantep İlinin seçilme nedeni; araştırmacının yaşadığı yer olması, görevi gereği çalışma yapacağı okulları tanınması nedeniyle araştırmanın hızlı ve etkili bir şekilde yürütülebilmesinin yanı sıra daha önce bu bölgede benzer bir araştırmanın yapılmamış olmasıdır.

Araştırma verileri anket tekniği ile araştırmacı tarafından toplanmıştır. Anket formları öğrenciler tarafından anlaşılacak şekilde, daha önce yapılmış bazı çalışmalardan ve konu ile ilgili kaynaklardan yararlanılarak düzenlenmiştir. Anket formu 2 bölümden oluşmuştur. Birinci bölümde; personelin kişisel ve ailevi özelliklerini belirlemek amacıyla hazırlanan toplam 5 soru ve ikinci bölümde; öğrencilerin beslenme alışkanlıklarını belirlemeye yönelik toplam 20 soru bulunmaktadır.

Araştırmanın genel amacı çerçevesinde cevapları aranan anket sorularına yönelik olarak toplanan veriler önce bilgisayarda veri kodlama tablolarına işlenmiştir. Daha sonra veriler üzerinde gerekli istatistiksel çözümler konunun uzmanlarından da yardım alınarak

Eroğlu Y., Şentürk HE., Karacabey K.. (2012). Gaziantep Üniversitesi akademik personelin beslenme alışkanlıklarının karşılaştırılması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* [Bağlantıda]. 9:1. Erişim: <http://www.insanbilimleri.com>

SPSS (The Statistical Packet for The Social Sciences) 17.0 paket programı kullanılarak yapılmıştır.

Bahsedilen istatistik paket programdan yararlanarak;

1. Akademik ve idari personelin kişisel ve beslenme özelliklerinin belirlenmesinde sayı ve yüzde (%) kullanılmıştır.

2. Akademik ve idari personelin beslenme alışkanlıklarının; sosyoekonomik durum ile arasında fark olup olmadığının belirlenmesinde yüzde değerleri (%) ve ki-kare testleri kullanılmıştır. Farklılıkların test edilmesinde $p < .05$ anlamlılık düzeyi alınmıştır.

Bulgular

Tablo 1. Katılımcıların demografik özellikleri

Demografikler		N	%
Yaş	21 – 25	6	3,0
	26 – 30	21	18,0
	31 – 35	24	20,3
	36 – 40	31	26,3
	41 – 45	25	21,1
	45 ve üzeri	11	9,2
	Toplam	118	100
Cinsiyet	Bayan	49	41,5
	Bay	69	58,5
	Toplam	118	100,0
Medeni durumu	Evli	87	73,7
	Bekar	31	26,3
	Toplam	118	100,0
Eğitim durumu	İlköğretim	2	1,7
	Ortaöğretim	14	11,9
	Önlisans	28	23,7
	Lisans	14	11,9
	Yüksek lisans	60	50,8
Toplam	118	100,0	
Çalıştığınız kurumdaki ünvanınız	Akademik per.	58	49,2
	İdari per.	60	50,8
	Toplam	118	100,0

Katılımcıların demografik özelliklerine bakıldığında, Tablo 1’de de görüldüğü üzere, 118 katılımcının “yaş”, “cinsiyet”, “medeni durum”, “eğitim durumu” ve “çalışılan kurumdaki ünvan”ları tablolaştırılmıştır. Buna göre, katılımcıların profili, %26,3 “36 - 40” yaş

Eroğlu Y., Şentürk HE., Karacabey K.. (2012). Gaziantep Üniversitesi akademik personelin beslenme alışkanlıklarının karşılaştırılması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* [Bağlantıda]. 9:1. Erişim: <http://www.insanbilimleri.com>

aralığında, %58'i erkek, %73,7'si evli, %50,8 yüksek lisans mezunu ve %50,8'i idari, %49,2'si akademik personel şeklinde oluşmuştur.

Tablo 2. Katılımcıların eğitim durumlarına göre medyanın etkisi

Yayınlardan etkilenip beslenme şeklinizi değiştirir misiniz?		Evet (%)	Hayır (%)	Bazen (%)	P
Eğitim durumu	İlköğretim	0	50	50	,006**
	Ortaöğretim	42,9	35,7	21,4	
	Önlisans	25,0	57,1	17,9	
	Lisans	0	78,6	21,4	
	Lisansüstü	5	75	20	
$\chi^2 = 13,355$		df = 6	* $p < .001$, ** $p < .05$		

Tablo 3. Katılımcıların eğitim durumlarına göre diyet ürün kullanımı

Diyet ürünü kullanıyor musunuz?		Evet (%)	Hayır (%)	Bazen (%)	P
Eğitim durumu	İlköğretim	0	100	0	,035**
	Ortaöğretim	21,4	64,3	14,3	
	Önlisans	57,1	17,9	25	
	Lisans	57,1	14,3	28,6	
	Lisansüstü	36,7	36,7	24,6	
$\chi^2 = 5,897$		df = 1	* $p < .001$, ** $p < .05$		

Tablo 4. Katılımcıların eğitim durumlarına göre diyet ürün kullanma nedenleri

Neden diet ürün kullanıyorsunuz? (%)		Kilo sorunu	Hastalık nedeniyle	Daha sağlıklı	Reklamların etkisiyle	P
Eğitim durumu	İlköğretim	0	0	100	0	,049**
	Ortaöğretim	7,1	14,3	57,1	21,4	
	Önlisans	0	35,7	25,00	39,3	
	Lisans	0	57,1	14,3	28,6	
	Lisansüstü	0	40	35	25	
$\chi^2 = 16,791$		df = 9	* $p < .001$, ** $p < .05$			

Tablo 5. Katılımcıların eğitim durumlarına göre öğün aralarında beslenme durumları

Öğün aralarını genellikle nasıl değerlendirirsiniz? (%)		Simit, poğaç vb.	Çay, kahve vb.	Meyve vb.	P
Eğitim durumu	İlköğretim	0	100	0	,030**
	Ortaöğretim	7,1	57,1	35,7	
	Önlisans	0	96,4	3,6	
	Lisans	0	100	0	
	Lisansüstü	1,7	88,1	10,2	
$\chi^2 = 14,367$		df = 8	* $p < .001$, ** $p < .05$		

Eroğlu Y., Şentürk HE., Karacabey K.. (2012). Gaziantep Üniversitesi akademik personelin beslenme alışkanlıklarının karşılaştırılması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* [Bağlantıda]. 9:1. Erişim: <http://www.insanbilimleri.com>

Tablo 6. Katılımcıların eğitim durumlarına göre kahvaltı yapmama sebepleri

Kahvaltı yapmama sebebiniz nedir? (%)	Hazırlayan yok	Sabah uykusu	İşe geç kalma	Rejim yapma	İştahım yok	P
Eğitim durumu	İlköğretim	0	50	50	0	0
	Ortaöğretim	7,1	21,4	42,9	7,1	21,4
	Önlisans	0	46,4	53,6	0	0
	Lisans	0	28,6	71,4	0	0
	Lisansüstü	0	53,3	45,0	0	1,7
$\chi^2 = 12,593$		df = 4		*p<.001, **p<.05		

Tablo 7. Katılımcıların ünvanlarına göre düzenli beslenme alışkanlıkları

Öğün atlayarak mı beslenirsiniz?	Ünvan	Evet		Hayır		P
		n	(%)	n	(%)	
Akademik per. İdari per. Toplam		26	44,8	32	55,2	,012
		8	13,3	52	86,7	
		34	28,8	84	71,2	
$\chi^2 = 6,307$		df = 1		*p<.001, **p<.05		

Tablo 8. Katılımcıların ünvanlarına göre öğün atlama sıklıkları

En fazla hangi öğünü atlarsınız?	Ünvan	Sabah		Öğle		Akşam		P
		n	(%)	n	(%)	n	(%)	
Akademik per. İdari per. Toplam		44	70,7	9	15,5	8	13,8	,015
		57	95,0	1	1,7	2	3,3	
		102	86,4	10	8,5	6	5,1	
$\chi^2 = 8,447$		df = 2		*p<.001, **p<.05				

Tablo 9. Katılımcıların ünvanlarına göre diyet ürün kullanma alışkanlıkları

Diyet ürünü kullanıyor musunuz?	Ünvan	Hayır		Evet		Bazen		P
		n	(%)	n	(%)	n	(%)	
Akademik per. İdari per. Toplam		4	6,9	47	81,0	7	12,1	,048
		12	20,0	35	58,3	13	21,7	
		16	13,6	78	66,1	24	20,3	
$\chi^2 = 3,760$		df = 1		*p<.001, **p<.05				

Eroğlu Y., Şentürk HE., Karacabey K.. (2012). Gaziantep Üniversitesi akademik personelin beslenme alışkanlıklarının karşılaştırılması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* [Bağlantıda]. 9:1. Erişim: <http://www.insanbilimleri.com>

Tablo 10. Katılımcıların ünvanlarına göre diyet ürün kullanma nedenleri

Neden diyet ürün kullanıyorsunuz?	Kilo sorunu		Hastalık nedeniyle		Daha sağlıklı		Reklamların etkisiyle		P
	n	(%)	N	(%)	n	(%)	n	(%)	
Ünvan Akademik per.	39	67,2	13	22,4	2	3,4	4	6,9	,043
İdari per.	36	60,0	12	20,0	11	18,3	1	1,7	
Toplam	75	63,6	25	21,2	13	11,0	5	4,2	
		$\chi^2 = 8,159$		df = 3				*p<.001, **p<.05	

Tablo 11. Katılımcıların ünvanlarına göre öğün arası beslenme alışkanlıkları

Öğün aralarını genellikle nasıl değerlendirirsiniz?	Simit, poğaç vb.		Meyve vb.		Çay, kahve vb.		P		
	n	(%)	n	(%)	n	(%)			
Unvan Akademik per.	4	6,9	12	20,7	42	72,4	,011		
İdari per.	0	,0	5	8,3	55	91,7			
Toplam	4	3,4	17	14,4	97	82,2			
		$\chi^2 = 11,045$		df = 3				*p<.001, **p<.05	

Tartışma

Ulaş'ın 2008'de "Malatya Asker Hastanesi'nde 2007 Yılında Görev Yapan Personelin Sağlıklı Beslenme Konusundak Tutum ve Davranışlarının İncelenmesi" adlı çalışmasında bireylerin sağlıklı beslenebilmesi için günlük besin alımlarının üç ana öğüne bölünerek alınmasının önemli olduğu vurgulanmıştır. Kisinin öğün atlayarak zayıflayacağını düşünmesi yanlış bir inanıştır. Çünkü diğer öğünde kişi daha çok acıkacak ve buna bağlı olarak da daha fazla yemek yeme isteği duyacaktır. Ulaş'ın çalışmasında bireylerin yalnızca %42.6'sı öğün atlamadıklarını belirtmiştir.

Malatya'da yapılan araştırmaya katılan bireylerin %5.6'sı (n=15) öğün aralarında hiç besin tüketmezken, bireylerin büyük bir çoğunluğu (%94.4) öğün aralarında besin tüketmektedir. Öğün aralarında tüketilen besinlerden en çok kek, bisküvi ya da cips (%59.0) tercih edilmektedir. Kola-gazoz-fanta gibi asitli içecekleri tüketenlerin oranı ise %28.0'dır (Ulaş, 2008).

1992 yılında İngiltere'de 1700 kişi üzerinde sağlıklı beslenme konusundaki bilgi, tutum ve davranışların araştırıldığı bir çalışma yapılmıştır. Beslenme bilgisinin çoğunlukla kitle iletişim araçlarından edinildiği ancak bu bilgilere halkın güveninin düşük olduğu tespit edilmiştir. Çoğunluk (%53) doktorların yapmış oldukları önerileri güvenilir

bulduğunu belirtmiştir. 150 doktor ve 50 hemşire ile yapılan çalışmada, toplumda yaygın olarak ilgilenilen bazı beslenme terimlerinin (trans yağ asitleri, nisasta olmayan polisakkaritler (NSP) gibi) anlamlarını açıklama konusunda sağlıkçıların kendilerine güvenlerinin zayıf olduğu tespit edilmiştir. Doktorların diyet ile kalp hastalıkları arasındaki ilişkiyi açıklama konusunda kendilerine güvendikleri ancak nisastalı besinlerin diyetteki oranının ne kadar olacağından emin olmadıkları belirlenmiştir. Hem doktorlar, hem de hemşireler kendilerine verilen beslenme eğitiminden memnun olmadıklarını bildirmiştir. Yapılan bu çalışma; sağlıklı besin tercihleri konusunda en büyük engelin bilgi yetersizliği olduğu gösterilmektedir (Margetts ve ark., 1997).

Ulaş'ın (2008) çalışmasına katılan bireylerde sebze meyve ağırlıklı beslenmenin önemli olduğunu belirtenlerin cinsiyete göre dağılımını incelediğimizde sebze-meyve ağırlıklı beslenme önemlidir diye belirten kadın bireylerin oranı (%87.3) erkek bireylerden (%63.8) anlamlı derecede fazladır. Ayrıca eğitim seviyesi yükseldikçe sebze meyve ağırlıklı beslenmenin önemli olduğunu belirten bireylerin oranı da artmaktadır.

Ergün'ün 2003'te Ankara'da yaptığı çalışmanın sonuçlarına göre; erkeklerin sağlıklı beslenme kavramında; taze ve doğal besinler (%93.6), denge ve çeşitlilik (%85.7) ve daha fazla sebze ve meyve (%78.8)'nin öne çıktığı görülmektedir. Kadınların sağlıklı beslenme kavramının temelini ise taze ve doğal besinler (%90.7), daha fazla sebze ve meyve (%82.8), denge ve çeşitlilik (%80,4) ile daha az yağ ve daha az yağlı ürünler (%80.4) oluşturmaktadır. Tüm yaş gruplarındaki bireyler için sağlıklı beslenme ile ilgili en önemli etmenin taze ve doğal besinlerin tüketimi olduğu saptanmıştır. Artan yaş ile beraber 'daha az yağ ve daha az yağlı ürünler' sağlıklı beslenme kavramında önem kazanmaktadır. Genelde eğitim düzeyi yükseldikçe bireylerin sağlıklı beslenme kavramında daha bilinçli oldukları ortaya çıkmıştır. Araştırma sonuçlarına göre bireylerin %81.2'si sağlıklı beslenme kavramından sebze ve meyvenin çok tüketilmesini algılamaktadır.

Sağlıklı Yeme indeksi (SYİ) diğer diyet kalitesi ölçüm yöntemlerine göre daha basit ve kolay anlaşılabilir olması nedeniyle daha uygulanabilir bir ölçüm aracıdır. Yetişkin bireylerin sağlıklı yeme indekslerinin belirlenmesine yönelik yapılmış bir çalışma, Ziraat Bankası Hastanesinde görevli yaşları 19-70 arasında değişen rastgele seçilmiş 400 personel (230 kadın, 170 erkek) ile gerçekleştirilmiştir.

SYİ skorları cinsiyete göre incelendiğinde erkek bireyler için 61.6 ± 10.94 , kadın bireyler için ise 60.9 ± 9.69 olduğu görülmüştür. SY_ skorlarına göre bireylerin %78.8'inin

orta seviyede beslenme kalitesine ve bireylerin % 2.7'sinin de yüksek beslenme kalitesine sahip oldukları bulunmuştur. Bireysel ve toplumsal özelliklere göre diyet örüntüsünün oluşturulması, hastalıkların azalmasına ve yaşam kalitesinin artmasına yardımcı olacaktır sonucuna varılmıştır (Uyar 2007).

Bakırköy Devlet Hastanesinde çalışan personelin beslenme alışkanlıklarının kardiyovasküler risk faktörlerine etkisini incelemek amacıyla 560 hekim, hemşire, sağlık teknisyeni ve diğer personel ile yapılan çalışmada beslenme bilgi düzeyleri incelenmiştir. Beslenme bilgi düzeyi daha yüksek olanların BKİ değerleri anlamlı düzeyde normale daha yakın bulunmuştur. Bu çalışma, hastanede çalışan hekim ve hemşirelerin HDL düşüklüğü, LDL yüksekliği ve sistolik/diyastolik kan basınçlarının normalin üzerinde bulunması nedeniyle kardiyovasküler hastalıklar açısından riskli beslendiklerini göstermiştir. Bu sonuçlar, hekim ve hemşirelerin, yoğun ve düzensiz çalışma saatleri ve stres faktörü nedeniyle, beslenmelerine gereken özeni göstermemelerine, fiziksel açıdan inaktif olmalarına bağlanmıştır (Bağcı ve ark., 2003).

Araştırmadan elde edilen sonuçlar aşağıda maddeler halinde sunulmuştur;

1. Tüm personelin eğitim düzeyi arttıkça;
 - a. Medyadan etkilenip beslenme alışkanlıklarını değiştirme eğilimleri azalıyor,
 - b. Diyet ürünü kullananların sayısı artıyor,
 - c. Öğlen arası sağlıksız beslenme ve kahvaltı yapmama nedenleri değişmiyor,
2. Akademik personel, iş yoğunluğundan ve sabit çalışma saatleri olmadığından idari personele göre çok daha düzensiz besleniyor.
3. Akademik personel her üç öğünü de atlama eğilimindeyken, idari personel sabit çalışma saatleri olduğundan dolayı öğün atlama problemi ile karşılaşmamaktadır.
4. Akademik personel, diyet ürünlerini sıklıkla kullanırken, idari personel diyet ürünleri kullanma konusunda yeterli bilgi düzeyine sahip değildir.
5. İdari personel çay, kahve, vs. ürünleri öğün aralarında sıklıkla tüketirken, akademik personel bu besinleri idari personele oranla daha az tüketiyor ve meyve vs. ürünleri tüketme eğilimi göstermektedir.

Sonuç olarak; Sosyo-ekonomik yapı bir toplumdaki bireylerin beslenme durumunda etkilidir. Beslenme bilgisi diyet kalitesinin geliştirilmesini sağlar. Beslenme eğitimi ile

Eroğlu Y., Şentürk HE., Karacabey K.. (2012). Gaziantep Üniversitesi akademik personelin beslenme alışkanlıklarının karşılaştırılması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* [Bağlantıda]. 9:1. Erişim: <http://www.insanbilimleri.com>

beslenme bilgi düzeyi artırılarak beslenme davranışları değiştirilebilir. Eğitim düzeyi yüksek olan kişiler beslenmenin sağlık üzerindeki etkileri konusunda daha fazla bilgi sahibidirler.

Kişilerin doğru bilgi sahibi olmaları beslenme konusunda sağlıklı davranış göstermeleri için yeterli gelmeyebilmektedir. Bu nedenle, beslenme alışkanlıkları ile ilgili davranış kazandırma yöntemleri konusunda yeni stratejiler geliştirilmesine ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Arslan, P., Mercanlıgil, S., Özel, H.G., Akbulut, G.Ç., Dönmez, N., Çiftçi, H., Keleş, İ. ve Onat, A. (2006), TEKHARF 2003–2004 taraması katılımcılarının genel beslenme örüntüsü ve beslenme alışkanlıkları. *Türk Kardiyol Dern Ars*, 34(6), 331-339.
- Baysal, A. (1997), *Beslenme* (7.bs.), Hatipođlu Yayınevi, Ankara.
- Pekcan, G. (2001). *Türkiye’de Beslenme Sorunları ve Boyutları: Besin ve Beslenme Politikaları ve Önemi*. DSÖ Türkiye İrtibat Ofisi - WHO Turkey Liaison Office. Erişim: 18 Ekim 2007, <http://www.un.org.tr/who/nutrition>
- Şirin Buruk, Dr.İsmail Peker, Dr. Figen Çilođlu, Figen Esin Kayhan, Dr. Kürşat Karacabey. (2005) Obez bayanlarda egzersiz ve diyetin vücut ağırlığı ve kan parametreleri üzerine etkisi. *Spor ve Tıp Dergisi*, 7, Haziran
- Ulaş, B., (2008) “*Malatya Asker Hastanesi’nde 2007 Yılında Görev Yapan Personelin Sağlıklı Beslenme Konusundak Tutum ve Davranışlarının İncelenmesi*” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Malatya
- Margetts, B.M., Martinez, J.A., Saba, A., Holm, L., Kearney, M., Moles, A. (1997) Definitions of 'healthy' eating: a pan-eu survey of consumer attitude to food, nutrition and health. *Eur J Clin Nutr*, 51(2), 23-9.
- Ergün C. (2003). *Sağlıklı Beslenme Kavramı ve Tüketici Algısı Üzerine Bir Arastırma*. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara.
- Bağcı, G., Keskin, Y., Alphan, M.E. (2003) “*Bakırköy Devlet Hastanesinde Çalışan Personelin Beslenme Alışkanlıklarının Kardiyovasküler Risk Faktörlerine Etkisi*” IV. Uluslararası Beslenme ve Diyetetik Kongresi : 2 Nisan 2003-Antalya : Bildiriler (s.292). Antalya.

Eroğlu Y., Şentürk HE., Karacabey K.. (2012). Gaziantep Üniversitesi akademik personelin beslenme alışkanlıklarının karşılaştırılması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* [Bağlantıda]. 9:1. Erişim: <http://www.insanbilimleri.com>

- Devlet Planlama Teskilatı (2001) *Ulusal Gıda ve Beslenme Stratejisi Çalışma Grubu Raporu*. Devlet Planlama Teskilatı. Haziran, Ankara.
- Güler, Ç. ve Akın, L. (2006) *Halk Sağlığı Temel Bilgiler*. Hacettepe Üniversitesi Yayınları. Ankara.
- Uyar, B.B. (2007) *Yetişkin Bireylerin Sağlıklı Yeme indekslerinin Belirlenmesi*. Yüksek Lisans tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.