

Araştırma Makalesi

X, Y, Z Kuşaklarının Beslenme Bilgi Düzeyleri, Obeziteye Karşı Ön Yargıları ve Besin Seçimlerinin Değerlendirilmesi

Evaluation of X, Y, Z Generations' Nutritional Knowledge Levels, Prejudices Against Obesity and Their Food Choices

Özge VARLIK Diyetisyen, Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beslenme ve Diyetetik Ana Bilim Dalı diyetisyenozgevarlik@gmail.com https://orcid.org/0000-0003-0753-6038	Müge ARSLAN Doç. Dr., Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme ve Diyetetik Ana Bilim Dalı muge.arslan@uskudar.edu.tr https://orcid.org/0000-0003-1305-5126
--	---

Makale Geliş Tarihi	Makale Kabul Tarihi
27.04.2023	05.07.2023

Öz

Amaç: X, Y, Z kuşaklarının beslenme bilgi düzeyleri, obeziteye karşı ön yargıları ve besin seçimlerinin değerlendirilmesidir.

Yöntem: Katılımcılara yüz yüze olarak katılımcıların sosyodemografik özelliklerini ve beslenme alışkanlıklarını içeren sorular ile beslenme bilgi düzeylerini değerlendirmek amacıyla Yetişkinler için Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği (YETBİD), Obezite Ön Yargı Ölçeği (GAMS-27) ve Besin Seçimi Anketi'nden (BSA) oluşan anket uygulanmıştır. Elde edilen veriler, SPSS v26 (IBM Inc., Chicago, IL, USA) programında analiz edilmiştir.

Bulgular: X, Y, Z kuşaklarının yaş ortalaması sırasıyla 48,92±4,68 yıl, 34,06±5,14 yıl, 18,90±1,31 yıl ve BKİ ortalamaları sırasıyla 27,27±3,25 kg/m², 26,30±3,69 kg/m², 23,01±3,74 kg/m²'dir. "GAMS-27 Toplam" puanı Y kuşağında diğer kuşaklara göre istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur (H=14,980; p<0,01). BSA alt faktörlerinden "Duygudurum" (H=8,282; p<0,05), "Uygunluk" (H=18,105; p<0,001), "Duyusal Çekicilik" (H=10,068; p<0,01) ve "Fiyat" (H=9,631; p<0,01) alt faktörleri puan ortancaları Z kuşağı bireylerinde en yüksek; "Doğal İçerik" (H=29,287; p<0,001), "Ağırlık Kontrolü" (H=9,396; p<0,01), ve "Etik Kaygı" (H=11,209; p<0,01) alt faktörleri puan ortancaları X kuşağı bireylerinde en yüksek bulunmuştur. YETBİD'in "Temel Beslenme" alt faktör puanlarındaki artışın, BSA'nın "Sağlık", "Duygudurum", "Duyusal Çekicilik", "Doğal İçerik", "Fiyat" alt faktör puanlarında artışa (p<0,05); YETBİD'in "Besin Tercihi" alt faktör puanlarındaki artışın, BSA'nın "Sağlık", "Uygunluk", "Duyusal Çekicilik", "Doğal İçerik", "Fiyat", "Ağırlık Kontrolü", "Aşinalık" alt faktör puanlarında azalışa (p<0,05) ve "GAMS-27 Toplam" puanlarındaki artışın, BSA'nın "Sağlık", "Duygudurum", "Uygunluk", "Duyusal Çekicilik", "Doğal İçerik", "Fiyat", "Ağırlık Kontrolü" ve "Aşinalık" (p<0,05) alt faktör puanlarında azalışa neden olduğu bulunmuştur.

Sonuç: Obezite ön yargısı toplam puanı en yüksek olan kuşak; Y kuşağıdır. Kuşakların beslenme bilgisi ve obezite ön yargısı besin seçimlerini etkilemektedir.

Anahtar kelimeler: Obezite ön yargısı, besin seçimi, kuşaklar, BKİ, beslenme bilgi düzeyi

Summary

Objective: To evaluate the nutritional knowledge levels, prejudices against obesity and food choices of X, Y, Z generations.

Önerilen Atıf /Suggested Citation

Varlık, Ö. & Arslan, M., 2023 X, Y, Z Kuşaklarının Beslenme Bilgi Düzeyleri, Obeziteye Karşı Ön Yargıları ve Besin Seçimlerinin Değerlendirilmesi, *Üçüncü Sektör Sosyal Ekonomi Dergisi*, 58(3), 1752-1772.

Method: A questionnaire consisting of Nutrition Knowledge Level Scale For Adults (NKLSA), Obesity Prejudice Scale (GAMS-27), Food Choice Questionnaire (FCQ) in order to assessing the nutritional knowledge level of the participants with questions about sociodemographic characteristics and eating habits of the participants face to face has been applied. The obtained data were analyzed in SPSS v26 (IBM Inc., Chicago, IL, USA) program.

Results: The mean age of the X, Y, and Z generations was 48.92 ± 4.68 years, 34.06 ± 5.14 years, 18.90 ± 1.31 years, and 18.90 ± 1.31 years, respectively; The mean BMI are 27.27 ± 3.25 kg/m², 26.30 ± 3.69 kg/m², and 23.01 ± 3.74 kg/m², respectively. The "GAMS-27 Total" score was found to be statistically higher in generation Y than in other generations ($H=14.980$; $p<0.01$). "Mood" ($H=8.282$; $p<0.05$), "Convenience" ($H=18.105$; $p<0.001$), "Sensory Appeal" ($H=10.068$; $p<0.01$) and "Price" from BSA sub-factors ($H=9.631$; $p<0.01$) sub-factors score medians were highest in Z generation individuals; Median score for the sub-factors "Natural Content" ($H=29.287$; $p<0.001$), "Weight Control" ($H=9.396$; $p<0.01$), and "Ethical Concern" ($H=11.209$; $p<0.01$) It was found the highest in X generation individuals. The increase in NKLSA's "Basic Nutrition" sub-factor scores resulted in an increase in FCQ's "Health", "Mood", "Sensory Appeal", "Natural Content", "Price" sub-factor scores ($p<0.05$); The increase in NKLSA's "Food Preference" sub-factor scores resulted in a decrease in FCQ's "Health", "Convenience", "Sensory Appeal", "Natural Content", "Price", "Weight Control", "Familiarity" sub-factor scores ($p<0.05$) and the increase in the "GAMS-27 Total" scores, FCQ's "Health", "Mood", "Convenience", "Sensory Attraction", "Natural Content", "Price", "Weight Control" and It was found that "familiarity" ($p<0.05$) caused a decrease in sub-factor scores.

Conclusion: The generation with the highest prejudice against obesity; It is the Y generation. Nutritional knowledge and obesity bias of generations affect food choices.

Keywords: Obesity bias, food choice, generations, BMI, nutritional knowledge level

1. GİRİŞ

Bireylerin yaşına göre içinde bulunduğu zaman dilimi, dahil olduğu kuşağı belirlemektedir (Uçar, 2021). Farklı dönemlerde doğan bireylerin hayat görüşleri, inançları, alışkanlıkları, duyguları ve tecrübeleri değişim gösterebilmektedir (Gerow, 2018). Günümüzde kuşaklar bireylerin doğum yıllarına göre Sessiz kuşak, Bebek Patlaması kuşağı, X kuşağı, Y kuşağı, Z kuşağı olmak üzere beş grup halinde sınıflandırılmıştır (Dimock, 2019). Hızla değişime uğrayan ve gelişen dünyada bireyler arası etkileşim teknoloji ve iletişimin gelişmesiyle farklılaşarak nesilleri etkilemektedir ve bu süreç kuşaklar arası bazı önemli farklılıklara neden olmaktadır (Uçar, 2021). Yaşam tarzı ve beslenme biçimi, ileri yaşlarda yaşanabilecek sağlık sorunları ve çeşitli hastalık riskleri açısından önem teşkil etmesi nedeniyle kuşaklar arası davranış değişiklikleri geleceğe dair potansiyel sağlık sorunlarının öngörülebilmesini sağlama açısından önemlidir (Van Oostrom ve ark., 2019). Sağlık ve beslenme, temel besin grupları, besin gereksinimleri, sağlıklı beslenme önerileri ile diyet kavramlarından oluşan, bireylerin genel sağlığı üzerinde etkili olan sağlıkla iç içe bir kavramdır (Anastasiou ve ark., 2019). Beslenme bilgisi, beslenmeyle ilgili süreçleri; beslenme, sağlık, hastalıklarla beslenme ilişkisi, çeşitli yiyeceklerin besin kaynakları, beslenme ve diyet önerileri gibi bilgileri içermektedir (Batmaz, 2018). Beslenme bilgisi toplumdaki her bireyin beslenme alışkanlıkları ve davranışlarını etkileyebilmektedir. (Keskin ve ark., 2022). Ayrıca beslenme bilgi düzeyi ve farkındalığı da kişinin besin tercihleri ve yeme davranışını etkileyebilmektedir (Çelik, 2018). İnsan hayatının kaliteli olabilmesi ve yaşam yıllarının sağlıklı geçebilmesi için kişinin doğru beslenme bilgisine erişerek sağlıklı beslenme alışkanlıkları edinebilmesi ve bu bilgiler doğrultusunda olumlu yeme davranışları gösterebilmesi gerekmektedir (Bolat, 2021). dair bilgi ve tutumların yeme davranışlarına yansıdığı ve beslenme alışkanlıklarını etkilediği yapılan birçok çalışmada gösterilmiştir (Almasi ve Rakıcıoğlu, 2021; Li ve ark., 2022b). Dinamik bir süreç olan besin seçimi hayat boyu değişmektedir ve günlük besin seçimi; bireysel, biyolojik, psikolojik, sosyokültürel ve çevresel olmak üzere birçok faktörden etkilenebilmektedir (Chen ve Antonelli, 2020). Beslenme bilgi düzeyi, besin seçimi ve yeme davranışı üzerinde etkisi bulunmaktadır (Miller ve ark., 2019). Sağlıklı ve sürdürülebilir bir yaşam tarzına sahip olmak beslenmeye bağlı kronik hastalıkların ve obezitenin önlenmesi için oldukça önemlidir (Kesik ve Fisunoğlu, 2019). Günümüzde görülme sıklığı gittikçe artan obezite, bireylerin yaşam kalitesini psikolojik, fizyolojik ve sosyal açıdan olmak üzere pek çok yönde etkileyebilmektedir ve düşük tedavi başarısı, yüksek tedavi giderleri nedeniyle toplum sağlığı için büyük bir sorun haline gelmiştir (Merdol, 2019). Toplum tarafından obez bireylere karşı oluşturulan öz kontrol eksikliği, tembellik, bencillik gibi negatif tavır ve betimlemeler ile ön yargılı tutumlar, obez bireylerin mental sağlığını olumsuz etkileyebilmesi nedeniyle obezite sosyal olarak da incelenmesi gereken bir sağlık sorunudur (Uyanık ve ark., 2020). Toplum tarafından obez bireylere karşı oluşturulan

negatif tutumlar obezite ön yargısı olarak tanımlanmaktadır ve bireyin sosyal alanda fırsat eşitsizlikleri ile sağlık hizmetlerinde olumsuz davranışlarla karşılaşması olarak açıklanmaktadır (Merdol, 2019). Obez bireyler bu negatif yaklaşım ve tutumlar sebebiyle yiyecek alışverişlerinde veya lokantada yemek yeme sırasında eleştirilene veya vücut ağırlıklarıyla ilgili iğneleyici yorumlara maruz kalabilmektedirler. (Hagan ve Nelson, 2022; Lawrence ve ark., 2021; Potter ve ark., 2021; Williams ve Annandale, 2020). Ağırlık ön yargısı bireyde mental ve fizyolojik sağlığı etkilemenin yanı sıra sosyoekonomik durum üzerinde de etkilere sahiptir (Brown ve ark., 2022; Kirk ve ark., 2020).

Kuşakların beslenme bilgi düzeylerinin ve obezite ön yargılarının değerlendirildiği ve bunların besin tercihlerine etkilerinin incelendiği bu araştırma, kuşaklar arası beslenme bilgi düzeyini ortaya koyarak küresel bir halk sağlığı sorunu olan obezite oluşumuna etki eden etmenleri ve bireylerin besin tercihlerini ortaya koymasından önemlidir. Araştırma sonucunda kuşak farklılıklarına göre oluşabilecek beslenme bilgi düzeyleri farklılıklarına paralel olarak farklı besin tercihi davranışları geliştirebilme durumlarını değerlendirme, farklı kuşakların obezite ön yargıları hakkındaki düşüncelerini ortaya koyma açısından da önem teşkil etmektedir ve literatürde farklı yaş gruplarına dahil olan kuşakların obez bireylere yönelik tutumlarını, ön yargılarını karşılaştıran çalışmalara rastlanmamıştır ve bu yönüyle ileride bu konuda yapılacak çalışmalar için yol gösterici olması açısından önemlidir.

2. Amaç ve Yöntem

Gönüllülük esasına dayanmakta olan bu nicel çalışmaya, Üsküdar Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu 28/11/2022 tarihinde yapılan 12 Nolu toplantısında etik kurul onayı alındıktan sonra, Kasım 2022 ve Şubat 2023 tarihleri arasında Balıkesir ilinde 18-65 yaşları arasındaki yetişkin bireyler üzerinde yapılmıştır. Araştırma evrenini Balıkesir ilinde yaşayan X, Y, Z kuşaklarına dahil olan sağlıklı yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini hakkında yapılan power analizi sonrasında 250 kişinin çalışmaya katılımı yeterli olacağı bulunmuştur. Katılımcılara yüz yüze olarak katılımcıların sosyodemografik özelliklerini, beslenme alışkanlıklarını içeren sorular, beslenme bilgi düzeylerini ölçümlemek amacıyla Yetişkinler için Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği (YETBİD), Obezite Ön Yargı Ölçeği (GAMS-27), Besin Seçimi Anketi'nden (BSA) oluşan anket uygulanmıştır.

2.1. Katılımcıların beslenme bilgi düzeylerini ölçümlemek için: Yetişkinler için Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği (YETBİD)

Yetişkinler için Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği (YETBİD), Batmaz ve Güneş (2019) tarafından bireylerin beslenme bilgi düzeyini ölçümleme amacıyla geliştirilen ve besin tercihinin değerlendiren 20 madde ile Temel Beslenme ve Besin Sağlık İlişkisini (Temel Beslenme Bilgisini) içeren 12 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin 1, 3, 6, 8, 13, 16, 19 ve 20. maddeleri ters puanlanmaktadır. Ölçek 4-kesinlikle katılıyorum, 0-kesinlikle katılmıyorum olmak üzere beşli likert tipinde puanlanmaktadır. Doğru önermelere kesinlikle katılıyorum cevabını veren bireyler 4 puan, katılıyorum cevabını veren bireyler 3 puan, ne katılıyorum ne katılmıyorum cevabını veren bireyler 2 puan, katılmıyorum cevabını veren bireyler 1 puan, kesinlikle katılmıyorum cevabını veren bireyler ise 0 puan almışlardır. Yanlış önermelere kesinlikle katılıyorum cevabını veren bireyler 0 puan, katılıyorum cevabını veren bireyler 1 puan, ne katılıyorum ne katılmıyorum cevabını veren bireyler 2 puan, katılmıyorum cevabını veren bireyler 3 puan, kesinlikle katılmıyorum cevabını veren bireyler 4 puan almaktadırlar. YETBİD ölçeği sonucu alınan toplam puanlarda, temel beslenme puanı 45'den az olan bireylerin bilgi düzeyi kötü, 45-55 arası olanların orta, 56-65 arası olanların iyi, 65 üzeri olanların çok iyi olarak değerlendirilmiştir. Besin tercihi puanı 30'dan küçük olan katılımcıların bilgi düzeyi kötü, 30-36 puan arası olanları orta, 37-42 puan arası olanların iyi, 42 puan üzeri olanların bilgi düzeyi çok iyi olarak değerlendirilmiştir. Temel Beslenme Bilgisi ölçeğinden alınabilecek minimum puan 0, maksimum puan 80; Besin Tercihleri ölçeğinden alınabilecek minimum puan 0, maksimum puan 48'dir. Temel beslenme" başlığındaki 20 madde için Cronbach Alpha değeri 0,72, "Beslenme tercihi" başlığındaki 12 madde için Cronbach Alpha değeri 0,70 olarak saptanmıştır (Batzmaz ve Güneş, 2019).

2.2. Katılımcıların obezite ön yargılarını değerlendirmek için: Obezite Ön Yargı Ölçeği (GAMS-27)

Obezite Ön Yargı Ölçeği (GAMS-27), Ercan ve arkadaşları (2015) tarafından sağlık eğitimi alan öğrencilerin obezite ön yargılarını ölçmek amacıyla geliştirilen 27 maddeden oluşan bir ölçektir. Bireylerin obezite ön yargısını değerlendirmek amacıyla kullanılmaktadır. Ölçeğin ismi ölçeği geliştiren

yazarların adlarının baş harflerinden oluşturulmuştur. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 135 iken en düşük puan 27’dir. Ölçek ön yargısız (≤ 68 puan), ön yargıya eğilimli (68,01-84,99 puan arası) ve ön yargılı (≥ 85 puan) olmak üzere üç şekilde değerlendirilmektedir ve alınan puan arttıkça ön yargı düzeyi artmaktadır. Olumlu ve olumsuz maddelere göre puanlar incelendiğinde ölçekten alınan toplam puan azaldıkça bireylerin obeziteye karşı ön yargısız, puan arttıkça ön yargılı düşünceye sahip oldukları saptanmıştır. Ölçek; “kesinlikle katılıyorum”, “katılıyorum”, “kararsızım”, “katılmıyorum” ve “kesinlikle katılmıyorum” şeklinde derecelendirilmiştir. Olumlu maddeler “kesinlikle katılıyorum” seçeneğinden başlamak üzere 5’den 1’e doğru; olumsuz maddeler ise “kesinlikle katılıyorum” seçeneğinden başlamak üzere 1’den 5’e doğru puanlanmıştır. Ölçek içerisinde yer alan “ şişmanlar sıradan insanlardır” maddesi diğer maddelerin tamamlayıcısı niteliğinde olduğundan ve hiçbir özelliğın etkisi altında da kalmadığı düşünülerek ayrı olarak değerlendirilmiştir. Ölçeğın puan ortalaması 76,394 ve ortancası 76’dır. Puanların yüzdelikleri incelendiğinde 5.persentile 58; 25.persentile 68; 50.persentile 76; 75.persentile 84; 95.persentile 96 puan karşılık gelmektedir. Olumlu ve olumsuz maddelere göre puanlar incelendiğinde puan azaldıkça bireylerin obeziteye karşı ön yargısız, puan arttıkça ön yargılı düşünceye sahip oldukları saptanmıştır. 27 madde üzerinden (15’i olumsuz; 12’si olumlu olmak üzere) doğrulayıcı faktör analizi ile ölçeğın tek boyutluluğın onaylanmıştır. Elde edilen tüm sonuçlar ($\chi^2/df=2,49$; NNFI=0,92; CFI=0,97; RMSEA=0,08) ölçeğın tek boyutlu olduğunu kanıtlamıştır. Ölçeğın güvenirlik analizi, madde analizi yöntemi ile incelenmiştir. Cronbach alfa ve Spearman-Brown güvenirlik katsayıları sırasıyla 0,845 ve 0,838 olarak bulunmuştur. Bu oranlar ölçeğın yüksek güvenirlikte olduğunu göstermiştir (Ercan ve ark., 2015).

2.3. Katılımcıların besin tercihlerini değerlendirmek için: Besin Seçimi Anketi (BSA)

Besin Seçimi Anketi (BSA), bireylerin besin tercihlerini değerlendirmek amacıyla oluşturulmuştur. Besin seçim sürecinde tüketicileri etkileyen faktörleri araştıran ve besin tercihlerinin belirlenmesi amacıyla geliştirilen en önemli anketlerden olan Besin Seçimi Anketi (BSA), Steptoe ve arkadaşları (1995) tarafından geliştirilmiştir (Steptoe ve ark., 1995). Oluşturulan bu anket besinin sağlık ve sağlık dışı özelliklerine dair, bireyleri besin seçimlerini yapmak için motive eden içsel ve dışsal besin özelliklerine ilişkin 36 maddeden oluşmaktadır. Sağlık, duygudurum (ruh halini iyileştirme ve stresle baş etme), uygunluk (kolay hazırlanması ve erişim kolaylığı), duysal özellikler (görünüm, tat, doku, koku), fiyat, doğal içerik (katkı içermemesi veya yapay bileşen bulundurmaması), vücut ağırlığı kontrolü (düşük kalori ve yağ), benzerlik, etik kaygılar (menşei ülke, çevre dostu paketlenme) alt ölçeklerini içermektedir. Her alt ölçekte 3-6 madde bulunmaktadır. Ankette, ‘Herhangi bir günde’ diye başlayan beslenme seçenekleri ile ilgili sorular katılımcılara sorulmakta ve tipik bir günde her bir BSA maddesinin kendi besin seçimleri için önemini 4’lü Likert skalasında (1= ‘çok önemli değil’, 2= ‘biraz önemli’, 3= orta derecede önemli’, 4= ‘çok önemli’) değerlendirmeleri istenmektedir. Anketin dilimize çevirisi, geçerlilik ve güvenirliği Dikmen ve ark (2016) tarafından yapılmış ve 18-64 yaş arası 963 kişi üzerinde denenmiştir. Anketin 5’li ve 7’li Likert skalasında değerlendirilen versiyonları bulunmaktadır ancak bu araştırmada orijinalinde ve Türkçe validasyonu yapılan anket formunda olduğu gibi 4’lü Likert skalasına göre değerlendirme yapılan anket formu kullanılmıştır. Buna göre Türk toplumu için; duysal çekicilik, doğal içerik ve fiyat; besin seçiminde en önemli faktörler olarak saptanmıştır. Cronbach Alfa değerlerinin 0,6 ile 0,8 arasında olduğu görülmüş; testin iç tutarlılığı ‘oldukça güvenilir’ olarak değerlendirilmiştir (Dikmen ve ark., 2016).

2.4. Verilerin İstatistiksel Analizi

Kategorik değişkenler (demografik özellikler) için tanımlayıcı istatistikler frekans ve yüzde olarak sunulmuştur. Nümerik değişkenlerin normal dağılıma uygunluğının kontrolü “Shapiro-Wilk Testi” ile yapılmıştır. Nümerik değişkenlerin tanımlayıcı istatistikleri normal dağılım gösteren veriler için ortalama $\pm$ standart sapma ($\bar{X} \pm ss$), normal dağılım göstermeyen veriler için medyan (min-max) değerleri verilmiştir. Normal dağılıma sahip olmayan bağımsız ikiden fazla grup karşılaştırması “Kruskal-Wallis H Testi” ile yapılmıştır. Çoklu karşılaştırma testlerinin sonuçları medyanların yanında harfli gösterim şeklinde ifade edilmiştir. Ölçekler arasındaki ilişkilerin incelenmesi normal dağılım göstermeyen veriler için “Spearman’s Sıra Farkları Korelasyon Katsayısı” ile belirlenmiştir. Korelasyon katsayısının yorumunda “<0,2 ise çok zayıf derecede korelasyon”, “0,2-0,4 arasında ise zayıf derecede korelasyon”, “0,4-0,6 arasında ise orta derecede korelasyon”, “0,6-0,8 arasında ise yüksek derecede korelasyon”, “0,8> ise çok yüksek derecede korelasyon” kriterleri kullanılmıştır (Choi ve ark., 2010).

Değişkenler arası etkinin test edilmesinde “Regresyon Analizi” kullanılmıştır. Çalışmada tüm hesaplamalarda ve yorumlamalarda istatistik anlamlılık düzeyi “ $p<0,05$, $p<0,01$, $p<0,001$ ” olarak dikkate alınmış ve hipotezler çift yönlü olarak kurulmuştur. Verilerin istatistiksel analizi SPSS v26 (IBM Inc., Chicago, IL, USA) paket programında yapılmıştır.

3. Bulgular

Çalışmaya katılan bireylerin %26,1’inin X kuşağı, %61,7’sinin Y kuşağı ve %12,2’sinin Z kuşağı olduğu bulunmuştur. X kuşağı bireylerin %89,5’inin erkek, yaş ortalamalarının $48,92 \pm 4,68$ yıl olduğu, %56,2’sinin preobez olduğu, BKİ ortalamalarının $27,27 \pm 3,25$ kg/m² olduğu, %51,4’ünün lisans eğitim düzeyine sahip olduğu, %31,4’ünün özel sektör çalışanı olduğu, %40’ının kronik hastalığı olduğu, %35,7’sinin hipertansiyon hastalığı olduğu, %43,8’sinin sigara kullandığı, %25,7’sinin alkol kullandığı, %50,4’ünün öğün atladığı, %58,7’sinin öğle öğününü atladığı, %100’ünü su tükettiği ve %33,3’ünün 1-1,5 lt/gün arası günlük ortalama su tükettiği bulunmuştur. Y kuşağı bireylerin %88,3’ünün erkek, yaş ortalamalarının $34,06 \pm 5,14$ yıl olduğu, %44’ünün preobez olduğu, BKİ ortalamalarının $26,30 \pm 3,69$ kg/m² olduğu, %61,3’ünün lisans eğitim düzeyine sahip olduğu, %34,3’ünün memur olduğu, %14,5’inin kronik hastalığı olduğu, %16,7’sinin kalp-damar hastalığı ve %16,7’sinin hipertansiyon hastalığı olduğu, %42,3’ünün sigara kullandığı, %35,1’inin alkol kullandığı, %45,6’sının öğün atladığı, %45,9’unun öğle öğününü atladığı, %100’ünü su tükettiği ve %29,4’ünün 1-1,5 lt/gün arası günlük ortalama su tükettiği bulunmuştur. Z kuşağı bireylerin %42,9’unun erkek, yaş ortalamalarının $18,90 \pm 1,31$ yıl olduğu, %75,5’inin normal kilolu olduğu, BKİ ortalamalarının $18,90 \pm 1,31$ kg/m² olduğu, %46,9’unun lise eğitim düzeyine sahip olduğu, %98’inin çalışmadığı, %20,4’ünün kronik hastalığı olduğu, %30’unun tiroit hastalığı olduğu, %20,4’ünün sigara kullandığı, %38,8’inin alkol kullandığı, %38,7’sinin öğün atladığı, %51,2’sinin kahvaltı öğününü atladığı, %100’ünü su tükettiği ve %26,5’inin 1,5-2 lt/gün arası günlük ortalama su tükettiği bulunmuştur (Tablo 1).

Tablo 1. Çalışmaya katılan bireylerin kuşaklara göre demografik, sağlık, alışkanlık ve beslenme durumu bulgularının tanımlayıcı istatistikleri

	Kuşak					
	X Kuşağı		Y Kuşağı		Z Kuşağı	
	N	%	n	%	N	%
Toplam	105	100,0	248	100,0	49	100,0
Cinsiyet						
Erkek	94	89,5	219	88,3	21	42,9
Kadın	11	10,5	29	11,7	28	57,1
Yaş (yıl) ($\bar{X} \pm SS$)	$48,92 \pm 4,68$		$34,06 \pm 5,14$		$18,90 \pm 1,31$	
BKİ Sınıflandırması						
Normal Kilolu	25	23,8	99	39,9	37	75,5
Preobez	59	56,2	109	44,0	11	22,5
Obez	21	20,0	40	16,1	1	2,0
BKİ (kg/m²) ($\bar{X} \pm SS$)	$27,27 \pm 3,25$		$26,30 \pm 3,69$		$23,01 \pm 3,74$	
Eğitim Durumu						
İlkokul mezunu	0	0,0	1	0,4	0	0,0
Ortaokul mezunu	2	1,9	1	0,4	0	0,0
Lise mezunu	21	20,0	27	10,9	23	46,9
Ön Lisans mezunu	13	12,4	21	8,58	3	6,1

Lisans mezunu	54	51,4	152	61,3	21	42,9
Lisansüstü mezunu	15	14,3	46	18,5	2	4,1
Meslek						
Memur	23	21,9	85	34,3	0	0,0
İşçi	5	4,8	17	6,9	0	0,0
Serbest Meslek	14	13,3	26	10,5	0	0,0
Özel Sektör	33	31,4	78	31,5	1	2,0
Çalışmıyor	30	28,6	42	16,9	48	98,0
Kronik Hastalık Durumu						
Evet	42	40,0	36	14,5	10	20,4
Hayır	63	60,0	212	85,5	39	79,6
Hastalık Türü*						
Kalp-Damar Hastalıkları	11	26,2	6	16,7	1	10,0
Hipertansiyon	15	35,7	6	16,7	0	0,0
Tiroit Hastalıkları	8	19,0	2	5,6	3	30,0
Sigara Kullanma Durumu						
Evet	46	43,8	105	42,3	10	20,4
Hayır	59	56,2	143	57,7	39	79,6
Alkol Kullanma Durumu						
Evet	27	25,7	87	35,1	19	38,8
Hayır	78	74,3	161	64,9	30	61,2
Öğün Atlama Durumu						
Evet	53	50,4	113	45,6	19	38,7
Hayır	30	28,6	41	16,5	4	8,2
Bazen	22	21,0	94	37,9	26	53,1
Atlanılan Öğün						
Kahvaltı	15	20,0	67	32,4	23	51,2
Kahvaltı ile Öğle Arası (Kuşluk)	3	4,0	16	7,7	5	11,1
Öğle	44	58,7	95	45,9	10	22,2
Öğle ile Akşam Arası (İkindi)	6	8,0	19	9,1	5	11,1
Akşam	4	5,3	8	3,9	1	2,2
Gece	3	4,0	2	1,0	1	2,2
Su Tüketim Durumu						
Evet	105	100,0	248	100,0	49	100,0
Hayır	0	0,0	0	0,0	0	0,0

Günlük Ortalama Su Tüketim Miktarı (L)						
0-1	22	21,0	46	18,5	9	18,4
1-1,5	35	33,3	73	29,4	11	22,4
1,5-2	20	19,0	70	28,2	13	26,5
2-2,5	15	14,3	27	10,9	7	14,3
2,5-3 l	10	9,5	16	6,5	3	6,2
3'ten daha fazla	3	2,9	16	6,5	6	12,2

*BKİ: Beden Kütle İndeksi

Çalışmaya katılan bireylerin kuşaklara göre YETBİD alt faktör puanlarının karşılaştırılması incelendiğinde, ölçeğin tüm alt faktör puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı ($p>0,05$) bulunmuştur (Tablo 2).

Tablo 2. Çalışmaya katılan bireylerin kuşaklara göre YETBİD alt faktör puanlarının karşılaştırılması

YETBİD Alt Faktörler	Kuşak	$\bar{X} \pm ss$	Medyan (min-max)	H	P
Temel Beslenme	X kuşağı	54,97±8,03	54 (31-76)	0,908	0,635
	Y kuşağı	55,90±8,76	55 (35-77)		
	Z kuşağı	56,16±7,80	56 (40-72)		
Besin Tercihi	X kuşağı	34,97±5,37	34 (21-48)	1,630	0,443
	Y kuşağı	35,39±5,76	36 (18-48)		
	Z kuşağı	34,57±4,99	35 (25-48)		

H: Kruskal-Wallis H Testi

*YETBİD: Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği

Çalışmaya katılan bireylerin kuşaklara göre GAMS-27 toplam puanlarının karşılaştırılması incelendiğinde, “GAMS-27 Toplam” puanları arasında ($H=14,980$; $p<0,01$) istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu bulunmuştur. Sonuç incelendiğinde, “GAMS-27 Toplam” puanlarında Y kuşağı bireylerinin [92 (53-135)] ve X kuşağı bireylerinin [91 (27-135)] ortancası, Z kuşağı bireylerine [86 (57-135)] göre istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur (Tablo 3).

Tablo 3. Çalışmaya katılan bireylerin kuşaklara göre GAMS-27 toplam puanlarının karşılaştırılması

	Kuşak	$\bar{X} \pm ss$	Medyan (min-max)	H	p
GAMS-27 Toplam	X kuşağı	93,47±16,76	91 ^b (27-135)	14,980	0,001**
	Y kuşağı	94,23±14,75	92 ^b (53-135)		
	Z kuşağı	86,65±12,92	86 ^a (57-135)		

H: Kruskal-Wallis H Testi

**p<0,01

a, b: Ortak harfe sahip olmayan medyanlar arasındaki fark anlamlıdır (p<0,05)

*GAMS-27: Obezite Ön Yargı Ölçeği

Çalışmaya katılan bireylerin kuşaklara göre BSA alt faktör puanlarının karşılaştırılması incelendiğinde, BSA alt faktörlerinden “Duygudurum” [3,2 (1,2-4)] (H=8,282; p<0,05), “Uygunluk” [3,2 (1-4)] (H=18,105; p<0,001), “Duyusal Çekicilik” [3,3 (1-4)] (H=10,068; p<0,01), “Fiyat” [3 (1,3-4)] (H=9,631; p<0,01) alt faktör puan ortancası Z kuşağı bireylerde en yüksek, “Doğal İçerik” [3,3 (1-4)] (H=29,287; p<0,001), “Ağırlık Kontrolü” [2,7 (1-4)] (H=9,396; p<0,01), “Etik Kaygı” [2,3 (1-4)] (H=11,209; p<0,01) alt faktörleri puan ortancası X kuşağı bireylerde en yüksek bulunmuştur (Tablo 4).

Tablo 4. Çalışmaya katılan bireylerin kuşaklara göre BSA alt faktör puanlarının karşılaştırılması

BSA Alt Faktörler	Kuşak	$\bar{X} \pm ss$	Medyan (min-max)	H	p
Sağlık	X Kuşağı	2,77±0,86	2,8 (1-4)	3,652	0,161
	Y Kuşağı	2,61±0,82	2,7 (1-4)		
	Z Kuşağı	2,54±0,88	2,5 (1-4)		
Duygudurum	X Kuşağı	2,53±0,80	2,5 ^a (1-4)	8,282	0,016*
	Y Kuşağı	2,50±0,78	2,5 ^a (1-4)		
	Z Kuşağı	2,88±0,94	3,2 ^b (1,2-4)		
Uygunluk	X Kuşağı	2,46±0,72	2,4 ^a (1-4)	18,105	< 0,001***
	Y Kuşağı	2,47±0,75	2,6 ^a (1-4)		
	Z Kuşağı	2,97±0,77	3,2 ^b (1-4)		
Duyusal Çekicilik	X Kuşağı	2,78±0,81	2,8 ^{ab} (1-4)	10,068	0,007**
	Y Kuşağı	2,69±0,87	2,6 ^a (1-4)		
	Z Kuşağı	3,10±0,78	3,3 ^b (1-4)		
Doğal İçerik	X Kuşağı	3,09±0,85	3,3 ^b (1-4)	29,287	< 0,001***
	Y Kuşağı	2,72±0,91	2,7 ^{ab} (1-4)		
	Z Kuşağı	2,26±0,88	2 ^a (1-4)		
Fiyat	X Kuşağı	2,67±0,81	2,7 ^{ab} (1-4)	9,631	0,008**
	Y Kuşağı	2,56±0,81	2,5 ^a (1-4)		
	Z Kuşağı	2,96±0,83	3 ^b (1,3-4)		

Ağırlık Kontrolü	X Kuşağı	2,61±0,80	2,7 ^b (1-4)	9,396	0,009**
	Y Kuşağı	2,38±0,79	2,3 ^{ab} (1-4)		
	Z Kuşağı	2,16±0,75	2,1 ^a (1-3,3)		
Aşinalık	X Kuşağı	2,65±0,78	2,7 (1-4)	1,387	0,500
	Y Kuşağı	2,56±0,77	2,7 (1-4)		
	Z Kuşağı	2,49±0,76	2,3 (1-4)		
Etik Kaygı	X Kuşağı	2,48±0,87	2,3 ^b (1-4)	11,209	0,004**
	Y Kuşağı	2,27±0,86	2 ^{ab} (1-4)		
	Z Kuşağı	1,98±0,89	1,7 ^a (1-4)		

H: Kruskal-Wallis H Testi

*p<0,05; **p<0,01; ***p<0,001

a, b: Ortak harfe sahip olmayan medyanlar arasındaki fark anlamlıdır (p<0,05)

*BSA: Besin Seçim Anketi

Çalışmaya katılan bireylerin, YETBİD'in "Temel Beslenme" alt faktör puanlarındaki bir birimlik artışın, BSA'nın "Sağlık" ($\beta=0,011$; $t=2,207$; $p<0,05$) ($F=4,872$; $p<0,05$) 0,011 kat, "Duygudurum" ($\beta=0,011$; $t=2,289$; $p<0,05$) ($F=5,241$; $p<0,05$) 0,011 kat, "Duyusal Çekicilik" ($\beta=0,014$; $t=2,840$; $p<0,01$) ($F=8,068$; $p<0,01$) 0,014 kat, "Doğal İçerik" ($\beta=0,014$; $t=2,640$; $p<0,01$) ($F=6,970$; $p<0,01$) 0,014 kat, "Fiyat" ($\beta=0,012$; $t=2,489$; $p<0,05$) ($F=6,193$; $p<0,05$) alt faktör puanlarında 0,012 kat artışa, YETBİD'in "Besin Tercihi" alt faktör puanlarındaki bir birimlik artışın, BSA'nın "Sağlık" 0,018 kat ($\beta=-0,018$; $t=-2,445$; $p<0,05$) ($F=5,976$; $p<0,05$), "Uygunluk" 0,014 kat ($\beta=-0,014$; $t=-2,078$; $p<0,05$) ($F=4,319$; $p<0,05$), "Duyusal Çekicilik" 0,016 kat ($\beta=-0,016$; $t=-2,143$; $p<0,05$) ($F=4,593$; $p<0,05$), "Doğal İçerik" 0,019 kat ($\beta=-0,019$; $t=-2,358$; $p<0,05$) ($F=5,559$; $p<0,05$), "Fiyat" 0,021 kat ($\beta=-0,021$; $t=-2,822$; $p<0,01$) ($F=7,961$; $p<0,01$), "Ağırlık Kontrolü" 0,016 kat ($\beta=-0,016$; $t=-2,208$; $p<0,05$) ($F=4,875$; $p<0,05$), "Aşinalık" 0,014 kat ($\beta=-0,014$; $t=-2,071$; $p<0,05$) ($F=4,289$; $p<0,05$) alt faktör puanlarında azalışa ve "GAMS-27 Toplam" puanlarındaki bir birimlik artışın, BSA'nın "Sağlık" 0,012 kat ($\beta=-0,012$; $t=-4,660$; $p<0,001$) ($F=21,713$; $p<0,001$), "Duygudurum" 0,008 kat ($\beta=-0,008$; $t=-3,127$; $p<0,01$) ($F=9,779$; $p<0,01$), "Uygunluk" 0,011 kat ($\beta=-0,011$; $t=-4,680$; $p<0,001$) ($F=21,906$; $p<0,001$), "Duyusal Çekicilik" 0,012 kat ($\beta=-0,012$; $t=-4,562$; $p<0,001$) ($F=20,812$; $p<0,001$), "Doğal İçerik" 0,016 kat ($\beta=-0,016$; $t=-5,474$; $p<0,001$) ($F=29,961$; $p<0,001$), "Fiyat" 0,012 kat ($\beta=-0,012$; $t=-4,509$; $p<0,001$) ($F=20,332$; $p<0,001$), "Ağırlık Kontrolü" 0,010 kat ($\beta=-0,010$; $t=-3,925$; $p<0,001$) ($F=15,409$; $p<0,001$) ve "Aşinalık" 0,009 kat ($\beta=-0,009$; $t=-3,418$; $p<0,01$) ($F=11,681$; $p<0,01$) alt faktör puanlarında azalışa neden olduğu bulunmuştur. (Tablo 5)

Tablo 5. Çalışmaya katılan bireylerin YETBİD alt faktör puanları ve GAMS-27 toplam puanlarının BSA üzerine etkisi

BSA Alt Faktörler	Model	β	Std. Hata	t	p	F	R ²
Sağlık	(Sabit)	2,040	0,277	7,373	<0,001***	4,872	0,010
	Temel Beslenme	0,011	0,005	2,207	0,028*		
Duygu Durum	(Sabit)	1,945	0,268	7,248	<0,001***	5,241	0,010
	Temel Beslenme	0,011	0,005	2,289	0,023*		
Uygunluk	(Sabit)	2,123	0,252	8,417	<0,001***	2,653	0,004

	Temel Beslenme	0,007	0,004	1,629	0,104		
Duyusal Çekicilik	(Sabit)	1,978	0,281	7,036	<0,001***	8,068	0,017
	Temel Beslenme	0,014	0,005	2,840	0,005**		
Doğal İçerik	(Sabit)	1,964	0,305	6,440	<0,001***	6,970	0,015
	Temel Beslenme	0,014	0,005	2,640	0,009**		
Fiyat	(Sabit)	1,967	0,272	7,225	<0,001***	6,193	0,013
	Temel Beslenme	0,012	0,005	2,489	0,013*		
Ağırlık Kontrolü	(Sabit)	2,051	0,264	7,760	<0,001***	1,936	0,002
	Temel Beslenme	0,007	0,005	1,391	0,165		
Aşinalık	(Sabit)	2,132	0,256	8,341	<0,001***	3,085	0,005
	Temel Beslenme	0,008	0,005	1,756	0,080		
Etik Kaygı	(Sabit)	2,522	0,293	8,617	<0,001***	0,647	0,001
	Temel Beslenme	0,004	0,005	-0,804	0,422		
Sağlık	(Sabit)	3,284	0,265	12,383	<0,001***	5,976	0,012
	Besin Tercihi	-0,018	0,007	-2,445	0,015*		
Duygu Durum	(Sabit)	2,873	0,259	11,102	<0,001***	1,568	0,001
	Besin Tercihi	-0,009	0,007	-1,252	0,211		
Uygunluk	(Sabit)	3,025	0,242	12,521	<0,001***	4,319	0,008
	Besin Tercihi	-0,014	0,007	-2,078	0,038*		
Duyusal Çekicilik	(Sabit)	3,340	0,271	12,330	<0,001***	4,593	0,009
	Besin Tercihi	-0,016	0,008	-2,143	0,033*		
Doğal İçerik	(Sabit)	3,443	0,293	11,742	<0,001***	5,559	0,011
	Besin Tercihi	-0,019	0,008	-2,358	0,019*		
Fiyat	(Sabit)	3,363	0,261	12,900	<0,001***	7,961	0,017
	Besin Tercihi	-0,021	0,007	-2,822	0,005**		
Ağırlık Kontrolü	(Sabit)	2,966	0,253	11,734	<0,001***	4,875	0,010
	Besin Tercihi	-0,016	0,007	-2,208	0,028*		

Tablo 5. Çalışmaya katılan bireylerin YETBİD alt faktör puanları ve GAMS-27 toplam puanlarının BSA üzerine etkisi (Devam)

Aşinalık	(Sabit)	3,076	0,245	12,560	<0,001***	4,289	0,008
	Besin Tercihi	-0,014	0,007	-2,071	0,039*		
Etik Kaygı	(Sabit)	2,742	0,280	9,783	<0,001***	2,669	0,007
	Besin Tercihi	-0,013	0,008	-1,634	0,103		
Sağlık	(Sabit)	3,801	0,252	15,105	<0,001***	21,713	0,049
	GAMS 27 Toplam	-0,012	0,003	-4,660	<0,001***		
Duygu Durum	(Sabit)	3,317	0,248	13,391	<0,001***	9,779	0,021
	GAMS 27 Toplam	-0,008	0,003	-3,127	0,002**		
Uygunluk	(Sabit)	3,585	0,229	15,678	<0,001***	21,906	0,050
	GAMS 27 Toplam	-0,011	0,002	-4,680	<0,001***		
Duyusal Çekicilik	(Sabit)	3,923	0,257	15,273	<0,001***	20,812	0,047
	GAMS 27 Toplam	-0,012	0,003	-4,562	<0,001***		
Doğal İçerik	(Sabit)	4,248	0,275	15,424	<0,001***	29,961	0,067
	GAMS 27 Toplam	-0,016	0,003	-5,474	<0,001***		
Fiyat	(Sabit)	3,742	0,248	15,065	<0,001***	20,332	0,046
	GAMS 27 Toplam	-0,012	0,003	-4,509	<0,001***		
Ağırlık Kontrolü	(Sabit)	3,349	0,241	13,880	<0,001***	15,409	0,035
	GAMS 27 Toplam	-0,010	0,003	-3,925	<0,001***		
Aşinalık	(Sabit)	3,367	0,235	14,345	<0,001***	11,681	0,026
	GAMS 27 Toplam	-0,009	0,002	-3,418	0,001**		
Etik Kaygı	(Sabit)	2,783	0,271	10,279	<0,001***	3,414	0,006
	GAMS 27 Toplam	-0,005	0,003	-1,848	0,065		

β : Beta Katsayısı; F: Tek Yönlü ANOVA Testi; t: Bağımsız Örneklem T Testi

*p<0,05; **p<0,01; ***p<0,001

*YETBİD: Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi

*GAMS-27: Obezite Ön Yargı Ölçeği

*BSA: Besin Seçim Anketi

Çalışmaya katılan bireylerin YETBİD’in “Temel Beslenme” alt faktör puanı arttıkça, BSA’nın “Sağlık” %12,6’lık ($s=0,126$; $p<0,05$), “Duygudurum” %12’lik ($s=0,120$; $p<0,05$), “Duyusal Çekicilik” %15’lik ($s=0,150$; $p<0,01$), “Doğal İçerik” %13,8’lik ($s=0,138$; $p<0,001$) ve “Fiyat” ($s=0,139$; $p<0,01$) %13,9’luk alt faktör puanında artma olduğu bulunmuştur. “GAMS-27 Toplam” puanı arttıkça, BSA’nın “Sağlık” %13,2’lik ($s=-0,132$; $p<0,01$), “Uygunluk” %17,3’lük ($s=-0,173$; $p<0,001$), “Duyusal Çekicilik” %13,9’luk ($s=-0,139$; $p<0,01$), “Doğal İçerik” %19,6’lık ($s=-0,196$; $p<0,001$), “Fiyat” %16,7’lik ($s=-0,167$; $p<0,01$) ve “Ağırlık Kontrolü” %13,4’lük ($s=-0,134$; $p<0,01$) alt faktör puanında azalma olduğu bulunmuştur (Tablo 6).

Tablo 6. Çalışmaya katılan bireylerin YETBİD alt faktör puanları ve GAMS-27 toplam puanları ile BSA alt faktör puanları arasındaki korelasyon katsayıları

BSA Alt Faktörler	Temel Beslenme		Besin Tercihi		GAMS-27 Toplam	
	S	P	S	P	s	P
Sağlık	0,126	0,012*	-0,072	0,151	-0,132	0,008**
Duygudurum	0,120	0,016*	-0,036	0,469	-0,096	0,056
Uygunluk	0,089	0,074	-0,067	0,178	-0,173	<0,001***
Duyusal Çekicilik	0,150	0,003**	-0,048	0,339	-0,139	0,005**
Doğal İçerik	0,138	0,006**	-0,074	0,140	-0,196	<0,001***
Fiyat	0,139	0,005**	-0,095	0,058	-0,167	0,001**
Ağırlık Kontrolü	0,071	0,154	-0,085	0,088	-0,134	0,007**
Aşinalık	0,086	0,083	-0,064	0,203	-0,079	0,112
Etik Kaygı	-0,055	0,272	-0,057	0,258	-0,054	0,283

s: Spearman Sıra Farkları Korelasyon Katsayısı

* $p<0,05$; ** $p<0,01$; *** $p<0,001$

*YETBİD: Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi

*GAMS-27: Obezite Ön Yargı Ölçeği

*BSA: Besin Seçim Anketi

4. Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada BKİ açısından en fazla obez Y kuşağındadır. Benzer şekilde Kahraman’ın 2018 yılında yaptığı çalışmada, BKİ açısından en fazla preobez ve obezlerin 21-28 yaş grubu olan Y ve Z kuşağına dahil bireyler olduğu görülmüştür (Kahraman, 2018). Farklı şekilde Yıldız ve Çetinkaya’nın 2020 yılında yaptıkları çalışmada BKİ açısından en fazla obezlerin 50-65 yaş grubu olan X kuşağı ve Bebek Patlaması kuşağında olduğu saptanmıştır (Yıldız ve Çetinkaya, 2020). Bu durum Y kuşağı döneminde fast food türü hazır ve sağlıksız yiyecek tüketiminin yaygınlaşmasıyla bireylerin beslenme alışkanlıkları ve besin tercihlerinin değişmesi ile (Demirağ ve Çavuşoğlu, 2021; Dölekoğlu ve Çelik, 2018), teknolojik cihazlarla fazla zaman geçiren Y ve Z kuşaklarının online yemek uygulamaları, sanal ve hızlı yemek siparişi ve global kahve zincirlerini tercih etmeleri ile birlikte fazla kiloluluk ve obezite artışı görülen kuşaklar haline gelmeleri ile (Özdemir, 2019), dijital olarak bağımlı hale gelen Z kuşağının fiziksel olarak daha inaktif olması, yüksek kalorili hazır yiyecek ve içecek tüketimlerini artırması ile (Djordjic, 2019; Van Kleef ve ark., 2019); farklılık ise X kuşağının Avrupa pazarıyla karşılaşmasıyla birlikte modern tüketim kültürüyle tanışarak yeme içme alanında yeni ve lüks tüketim alışkanlıkları geliştirmesi, Bebek Patlaması kuşağının yiyecek ve içecek sektörüne diğer kuşaklara kıyasla daha fazla harcama yapıyor olması ile (Tuncer ve Oktik, 2021) açıklanabilir.

Bu çalışmada en fazla öğün atlayan kuşak X kuşağıdır; X ve Y kuşağı en fazla öğle öğününü, Z kuşağı en fazla kahvaltı öğününü atlayan kuşaktır. Benzer şekilde Krok-Schoen ve arkadaşlarının 2019 yılında yaptıkları çalışmada, 45-59 yaş grubu yani X kuşağının en fazla öğle öğününü atlattığı görülmüştür

(Krok-Schoen ve ark., 2019). Farklı şekilde Yılmaz Akyüz ve arkadaşlarının 2021 yılında yaptıkları çalışmada, en fazla öğün atlayan grubunun 17-23 yaş grubu olan Z kuşağına dahil bireyler olduğu görülmüştür (Yılmaz Akyüz ve ark., 2021). Bu durum, X kuşağında öğünü hazırlayan biri olmaması veya öğünün önemsenmemesi, Y kuşağında işe/okula geç kalma veya öğünün hazır olmaması; farklılık ise Z kuşağında sıklıkla işe veya okula geç kalma, zayıflamak isteme sebepleri ile (Kazkondur, 2020) açıklanabilir.

Bu çalışmada en fazla su içen kuşak Z kuşağıdır. Benzer şekilde Daysal ve Yılmazel'in 2020 yılında yaptıkları çalışmada, en fazla su içen grubun 18-20 yaş aralığı yani Z kuşağı olduğu görülmüştür (Daysal ve Yılmazel, 2020). Farklı şekilde Özyazgan-Tokay ve arkadaşlarının 2020 yılında yaptıkları çalışmada, 26-40 yaş grubu yani Y kuşağı ile 41 yaş ve üzeri yani X kuşağına dahil bireylerin su tüketim ortancalarının aynı olduğu ve 15-25 yaş grubuna yani Z kuşağına kıyasla daha fazla olduğu saptanmıştır (Özyazgan-Tokay ve ark., 2020). Bu durum, yaş artışı ile birlikte her iki cinsiyette de su tüketiminin azalması (Daysal ve Yılmazel, 2020), X ve Y kuşaklarında sıcak içeceklerin yanı sıra erkeklerde alkollü içeceklerin, kadınlarda da çay tüketiminin bu kuşaklardaki bireylerin toplam sıvı alımlarını ve su tüketim miktarlarını etkilemesi ile (Zhang ve ark., 2019); farklılık ise, bireyin su ihtiyacının yaş, cinsiyet, mevsim, hava sıcaklığı ve nem gibi çeşitli faktörlere göre değişmesiyle, bireyin içinde bulunduğu kültür, yaşam tarzı ve okul, işyeri, kamusal alan ya da özel alanlarda bulunan içecek seçeneklerinin bireylerin su tüketim miktarlarını etkilemesi ile (Zhang ve ark., 2019) açıklanabilir.

Bu çalışmada, temel beslenme düzeyi en kötü olan kuşak Y kuşağı ve besin tercihi düzeyi en kötü olan kuşak Z kuşağıdır. Benzer şekilde Batmaz'ın 2018 yılında yaptığı çalışmada, temel beslenme düzeyi ortalamasının en düşük ve besin tercihi düzeyinin en kötü 18-34 yaş grubu yani Y ve Z kuşağında olduğu bulunmuştur (Batmaz, 2018). Benzer şekilde Arslan-Ünal'ın 2022 yılında yaptığı çalışmada, temel beslenme düzeyi ortalamasının en düşük 30-34 yaş grubu yani Y kuşağında, farklı şekilde besin tercihi düzeyi ortalamasının en düşük 35 yaş ve üzeri grup olan X kuşağında olduğu görülmüştür (Arslan Ünal, 2022). Bu durum, çeşitli ekonomik krizler geçirmiş ve çoğunlukla ekonomik özgürlüğünü kazanmış bireyler olan Y kuşağının tüketim tercihlerinde fiyat, alışkanlık ve kararsızlığın rol oynaması, özellikle teknolojiyi aktif olarak kullanan ve çok fazla bilgiye ulaşabilen Z kuşağının bilgi karmaşası yaşamaması ve günümüz tüketim kültüründe marka bağlılığına daha erken maruz kalması ile (Özden, 2019); farklılık ise zamanlarının ve gelirlerinin büyük bir kısmını tüketime ayıran X kuşağının diğer kuşaklara kıyasla hazır besin tüketimine meyilli olması ile (Aslan, 2019) açıklanabilir.

Bu çalışmada, temel beslenme düzeyi ortalaması en yüksek olan kuşak Z kuşağıdır; besin tercihi düzeyi ortalaması en yüksek olan kuşak Y kuşağıdır. Farklı şekilde Bolat'ın 2021 yılında yaptığı çalışmada, en yüksek temel beslenme ve besin tercihi düzeyi ortalamalarının 42-49 yaş grubu yani X kuşağında olduğu görülmüştür (Bolat, 2021). Farklı şekilde Duralı'nın 2019 yılında yaptığı çalışmada, en yüksek temel beslenme ve besin tercihi düzeyi ortalamalarını 40-49 yaş grubu yani X ve Y kuşağına dahil olan bireylerde olduğu saptanmıştır (Duralı, 2019). Bu durum, teknolojiyi seven ve teknoloji ile oldukça iç içe olan, çeşitli mobil uygulamalar sayesinde sanal ortamda birbiriyle etkileşimde bulunan Z kuşağı bireylerinin yoğun internet kullanımıyla pek çok alternatif bilgi kaynağına hızlı ve kolay bir şekilde erişerek bilgiyi hızlı yorumlayabilen bilinçli tüketiciler olmaları, ağırlık kontrolüne daha fazla önem vermeleri ve sağlıklı ilişkilendirmeleri, besin seçiminde sağlık etmenini daha çok göz önünde bulundurmaları, paketli ve dondurulmuş ürünler gibi hazır yiyeceklerin sağlıklı olduğunu düşünerek doğal ürünlere yönelmeleri ile (Bağcı ve İçöz, 2019; Beyaz, 2020; Öztürk ve Tekeli, 2021), tüketim odaklı olan, marka bilinci ve sadakati daha fazla olan, medya ve reklamların etkisinde daha çok kalan ve Youtube'da diğer kuşaklara kıyasla daha yüksek oran yemek videosu izleyen Y kuşağı bireylerinin besin tercihinde çeşitliliğe dikkat etmesi, besinlerin pratik ve hızlı hazırlanmasını önemsemesi, besin içeriğini ve üretim aşamasını daha çok incelemesi ve gıda güvenliği farkındalığı olan bireyler olmaları ile (Aslan, 2019; Dölekoğlu ve Çelik, 2018; Öztürk ve Tekeli, 2021); farklılık ise tüketim kültürünün hızla arttığı döneme denk gelen X kuşağı bireylerinin besin tercihlerini sağlık odaklı yapmaları ve kolaylık etmenine daha fazla dikkat etmeleri ile (Akşit Aşık, 2019) açıklanabilir.

Bu çalışmada, katılımcıların çoğunun obezite ön yargısına sahip olduğu ve "GAMS-27 Toplam" puan ortancalarının X ve Y kuşağı bireylerinde, Z kuşağı bireylerine göre istatistiksel olarak yüksek olduğu bulunmuştur. Bu durum, günümüzde gelişen teknolojiyle birlikte dış görünüşe dair güzellik algılarının değişmesi ve sağlık kavramının farklılaşması, kadınlarda ince bir vücutun, erkeklerde kaslı bir beden

yapısının dikkat çekici bulunmasıyla bireyin başkaları tarafından dış görünüşünün nasıl değerlendirildiğini önemsemesi ve sosyal hayatında görünüşü hakkında kaygı yaşaması ile birlikte fiziksel olarak bu ölçütlere uymayan bireylerin toplum tarafından dışlanması normalleştirilmesi, ailede, okulda veya iş hayatında fazla kilolu veya obez bireylere karşı negatif tutum ve davranışların geliştirilebilmesi ile (Özkan ve ark., 2021) açıklanabilir.

Bu çalışmada, besin seçimlerinde “Duygudurum”, “Uygunluk”, “Duyusal Çekicilik” ve “Fiyat” alt faktör puan ortalaması en yüksek Z kuşağında; “Doğal İçerik”, “Ağırlık Kontrolü” ve “Etik Kaygı” alt faktör puan ortalaması en yüksek X kuşağında bulunmuştur. Benzer şekilde Kazkondur’un 2020 yılında yaptığı çalışmada, X kuşağının besin seçimlerinde “Ağırlık Kontrolü” ve “Etik Kaygı” alt faktörlerine daha fazla önem verdiği saptanmıştır (Kazkondur, 2020). Farklı şekilde Öztürk ve Tekeli’nin 2021 yılında yaptıkları çalışmada, “Ağırlık Kontrolü” alt faktör puan ortalamasının Z kuşağında Y kuşağına kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur (Öztürk ve Tekeli, 2021). Farklı bir şekilde Szakály ve arkadaşlarının 2018 yılında yaptığı çalışmada, “Duygudurum” ve “Uygunluk” alt faktör puanlarının 14-30 yaş grubu yani Y ve Z kuşağında, “Aşinalık” alt faktör puanlarının 50-59 yaş grubu yani X kuşağında; “Etik Kaygı” alt faktör puanlarının 30-60 yaş grubu yani X ve Y kuşağında yüksek olduğu saptanmıştır (Szakály ve ark., 2018). Bu durum, X kuşağı bireylerinin besin seçimlerinde besinin çevre dostu şekilde paketlenmesine dikkat etmesi sebebiyle etik kaygı alt faktörünü önemsemeleri ile (Kazkondur, 2020), zevk ve haz alabileceği bir tüketim davranışı sergileyen Z kuşağının satın alma sürecinde sosyal medyadan etkilenmesi ve fiyat ile kaliteye dikkat etmesi ile (Gümüş, 2019; Gümüş, 2020); farklılık ise günümüzde besin çeşitliliği skalasının genişlemesiyle genç bireylerin yaş ortalaması yüksek bireylere göre yeni ve farklı besinleri daha erken tanıyabilmeleri (Gencel, 2019), Z kuşağının Y kuşağına kıyasla yeni besinlere karşı daha ilgili ve meraklı olmaları ile (Okumus ve ark., 2021) açıklanabilir.

Bu çalışmada, bireylerin yetişkinler için beslenme bilgi düzeyi ölçeğinde, “Temel Beslenme” alt faktör puanları arttıkça, besin seçim anketinde “Sağlık”, “Duygudurum”, “Duyusal Çekicilik”, “Doğal İçerik” ve “Fiyat” alt faktör puanlarında artış olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada, bireylerin yetişkinler için beslenme bilgi düzeyi ölçeği “Besin Tercihi” alt faktör puanları arttıkça, besin seçim anketi “Sağlık”, “Uygunluk”, “Duyusal Çekicilik”, “Doğal İçerik”, “Fiyat”, “Ağırlık Kontrolü” ve “Aşinalık” alt faktör puanlarının azaldığı bulunmuştur. Farklı bir şekilde Marty ve arkadaşlarının 2021 yılında yaptıkları çalışmada, besin seçimi anketinde “Ağırlık Kontrolü” alt faktör puanlarındaki artışın, beslenme kalitesinin yükselmesine; “Duygudurum” alt faktör puanındaki artışın, beslenme kalitesinin düşmesine sebep olduğu görülmüştür (Marty ve ark., 2021). Farklı bir şekilde Onbaşı’nın 2022 yılında yaptığı çalışmada, bireylerin “Temel Beslenme” ve “Besin Tercihi” alt faktör puanları yükseldikçe sağlıklı beslenme takıntılarının arttığı saptanmıştır (Onbaşı, 2022). Bu durum, yeterli beslenme bilgisinin bireylerin sağlıklı besin tercihleri yapabilmelerini sağlaması (Keskin ve ark., 2022), bireyin beslenme durumunun iyileşebilmesinin yüksek beslenme bilgisiyle ilişkilendirilmesi (Thakur ve Mathur, 2021), yüksek beslenme bilgi düzeyine sahip bireylerin beslenme önerilerini daha iyi uygulayabilmesi ile (Uysal Yeler ve Göktaş, 2023)

Bu çalışmada, X kuşağı bireylerinin yetişkinler için beslenme bilgi düzeyi ölçeği “Besin Tercihi” alt faktör puanlarındaki artışın, besin seçim anketi “Doğal İçerik”, “Ağırlık Kontrolü” ve “Etik Kaygı” alt faktör puanlarında azalmaya neden olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada, Y kuşağı bireylerinin yetişkinler için beslenme bilgi düzeyi ölçeği “Temel Beslenme” alt faktör puanlarındaki artışın, besin seçim anketi “Sağlık”, “Duygudurum”, “Duyusal Çekicilik”, “Doğal İçerik” ve “Fiyat” alt faktör puanlarında artış olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada, Z kuşağı bireylerinin yetişkinler için beslenme bilgi düzeyi ölçeği “Temel Beslenme” alt faktör puanlarındaki artışın, besin seçim anketi “Duyusal Çekicilik” alt faktör puanlarında artışa ve “Etik Kaygı” alt faktör puanlarında azalmaya neden olduğu bulunmuştur. Bu durum, tüketim kültürünün hızla arttığı döneme denk gelen X kuşağı bireylerinin farkındalığı ve bilinç düzeyi yüksek, bilgiye önem veren ve sağlıklı beslenmeye özen göstermeye çalışan kuşak olmaları ile besin tercihlerini sağlık odaklı yapmaları (Akşit Aşık, 2019; Doğan ve ark., 2018; Özcan, 2019), besin seçimlerinde besinin çevre dostu şekilde paketlenmesine dikkat etmesi sebebiyle etik kaygı alt faktörünü önemsemeleri ile (Kazkondur, 2020); tüketim kültürünün içine doğan Y kuşağının sağlıklı beslenme adına farklı ürünlere karşı pek istekli olmamaları (Tuncer ve Oktik, 2021); Z kuşağının besinlerin doyuruculuğuna ve bireysel kalite kriterlerine uygunluğuna dikkat etmeleri, besinin pratik

hazırlanabilmesini önemsemeleri ve daha çok haz odaklı besin tercihi yapmaları ile (Akşit Aşık, 2019) açıklanabilir.

Bu çalışmada, bireylerin obezite ön yargı ölçeği toplam puanlarındaki artışın, besin seçim anketi “Sağlık”, “Duygudurum”, “Uygunluk”, “Duyusal Çekicilik”, “Doğal İçerik”, “Fiyat” ve “Ağırlık Kontrolü”, “Aşinalık”, alt faktör puanlarında azalmaya neden olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada, X kuşağı bireylerinin obezite ön yargı ölçeği toplam puanlarındaki artışın, besin seçim anketinde “Doğal İçerik” alt faktör puanlarında azalmaya neden olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada, Y kuşağı bireylerinin obezite ön yargı ölçeği toplam puanlarındaki artışın, besin seçim anketi “Sağlık”, “Duygudurum”, “Uygunluk”, “Duyusal Çekicilik”, “Doğal İçerik”, “Fiyat”, “Ağırlık Kontrolü”, “Aşinalık” ve “Etik Kaygı” alt faktör puanlarında azalmaya neden olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada, bireylerin obezite ön yargısı toplam puanları arttıkça, BKİ değerinin yükselmesinin saptanmış olması göz önünde bulundurulduğunda bu durum; bireylerin BKİ değerleri arttıkça vücut ağırlıkları artacağı için obezite ön yargılarının gelişmesinde artışa ve buna paralel olarak besin seçimlerinde sağlıklı, doğal içerikli, ağırlık kontrolü üzerine etki edebilecek faktörlere yönelmeleri ile (Nas ve Beyhan, 2021) açıklanabilir.

Elde edilen bu sonuçlara göre X, Y, Z kuşağı bireylerinin beslenme bilgi düzeylerinin artırılabilmesi, obezite ön yargılarının azaltılabilmesi amaçları ile sağlıklı ve doğru besin seçimleri yapabilmelerine katkı sağlamak için aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir;

1.Bireylerin beslenme bilgi düzeylerinin saptanması ve bu doğrultuda toplumun her kesimine ulaşabilecek şekilde alanında uzman sağlık çalışanları veya eğitmenler tarafından doğru yöntemlerle beslenme eğitimleri düzenlenmesi; bireylerin beslenme bilgi düzeylerinin ve sağlıklı beslenmeye dair bilinç düzeylerinin artırılabilmesi ile doğru beslenme davranışları kazandırılabilmesi ve sağlıklı besin seçimleri yapabilmelerinde etkili olabilir. Ayrıca gıda işletmelerinde veya yiyecek sektöründeki kurumlarda farklı kuşaklara dahil bireyler için menü planlamasında bu farklılıklar göz önünde bulundurulabilir.

2.Günümüzde görülme sıklığı giderek artan, önemli bir halk sağlığı sorunu haline gelen, kronik bir hastalık olan obezitenin gelişimi hakkında bireylerin doğru ve güvenilir kaynaklar tarafından bilgilendirilmesi, obezite gelişiminde pek çok faktörün rol oynadığının ifade edilmesi, obez bireylere karşı gelişebilecek obezite ön yargısını engelleyebilmek veya azaltabilmek adına etkili olabilir.

3. Farklı kuşaklara dahil bireylerin, sağlıklı vücut ağırlıklarını koruyabilmeleri, bireysel özellikleri ile vücutlarının gereksinimlerine göre yeterli ve dengeli beslenmelerini sağlayabilmeleri amacıyla sağlıklı ve doğru besin seçimleri yapabilmeleri için aldıkları beslenme eğitimlerinin yanı sıra edindikleri beslenme bilgilerini günlük hayatlarında kullanarak sağlıklarını geliştirmeleri gerektiği unutulmamalıdır.

Çalışmada kuşaklara ait örneklem dağılımının farklı olması ve erkek katılımcıların sayısının fazla olması araştırmanın sınırlılıkları olarak düşünülmektedir. Mevcut araştırma grubunun çoğunluğu Y kuşağı bireylerinden ve erkek bireylerden oluşmaktadır. Akademik açıdan öneri olarak çalışmanın, örneklem sayısının artırılarak kadın ve erkek bireylerin dağılımı ile yaş gruplarına göre kuşak dağılımı dengesi sağlanarak, farklı sosyodemografik ve sosyoekonomik düzeylere sahip bireyler ile yapılması, bireylerin beslenme bilgi düzeylerinin saptanabilmesi, obezite ön yargılarının değerlendirilebilmesi ve bunların besin seçimleri üzerine etkilerinin incelenebilmesi adına yararlı olabilir.

5. KAYNAKLAR

- Akşit Aşık, N. (2019). X ve Z kuşağı tüketicilerin yiyecek tercihlerini etkileyen faktörler. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 7(4), 2599-2611.
- Almasi , N. ve Rakıcıoğlu, N. (2021). Assessing the level of nutrition knowledge and its association with dietary intake in university students. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 10(3), 274-80.
- Anastasiou, K., Miller, M. ve Dickinson, K. (2019). The relationship between food label use and dietary intake in adults: A systematic review. *Appetite*, 138, 280-291.
- Arslan Ünal, Ö. (2022). Gestasyonel diyabet tanısı almış gebelerin beslenme durumları ile hastalık ve beslenme hakkındaki bilgi düzeyleri arasındaki ilişki. *Yüksek Lisans Tezi*. Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.

- Aslan, B. (2019). Y kuşağı tüketicilerinin restoranlardaki sürdürülebilir uygulamalara yönelik tutumlarının ve davranışsal niyetlerinin ölçülmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Balıkesir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Balıkesir.
- Bağcı, E. ve İçöz, O. (2019). Z ve Alfa kuşağı ile dijitalleşen turizm. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 232-256.
- Batmaz, H. (2018). Yetişkinler için beslenme bilgi düzeyi ölçeği geliştirilmesi ve geçerlik-güvenirlilik çalışması. *Yüksek Lisans Tezi*. Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Batmaz, H. ve Güneş, F. E. (2019). Yetişkinler için beslenme bilgi düzeyi ölçeği (YETBİD) geliştirilmesi ve geçerlik-güvenirlilik çalışması. 1.Uluslararası Aktif Yaşlanma ve Kuşaklar Arası Dayanışma Kongresi, (14.03.2019).
- Brown, A., Flint, S. W. ve Batterham, R. L. (2022). Pervasiveness, impact and implications of weight stigma. *EClinicalMedicine*, 47, 101408.
- Chen, P. J. ve Antonelli, M. (2020). Conceptual models of food choice: Influential factors related to foods, individual differences, and society. *Foods*, 9(12), 1898.
- Çelik, F. (2018). Tüketicilerin besin seçimi ve beden kütle indeksleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Daysal, B. ve Yılmazel, G. (2020). Meslek yüksekokulu öğrencilerinde günlük su tüketimi. *Türk Hijyen ve Biyoloji Dergisi*, 77 (EK4: Su ve Sağlık), 187-192.
- Demirağ, B. ve Çavuşoğlu, S. (2021). Y kuşağı tüketicilerin marka ve ürün değerlendirmelerinin incelenmesi: Fast-food sektörüne ilişkin bir araştırma. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 9(2), 1054-1072.
- Dikmen, D., İnan Eroğlu, E., Göktaş, Z., Barut Uyar, B. ve Karabulut, E. (2016). Validation of a Turkish version of the food choice questionnaire. *Food Quality and Preference*, 52, 81-86.
- Dimock, M. (2019). Defining generations: Where Millennials end and Generation Z begins. *Pew Research Center*, 17(1), 1-7.
- Djordjic, V. (2019). The Post-Millennials' lifestyle and what physical education can do about it? *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, 11, 3.
- Doğan, S., Yücel Güngör, M. ve Güngör, O. (2018). Yiyecek-içecek hizmetlerinin değerlendirilmesinde kuşaklararası farkların belirlenmesi: Lara-Kundu otelleri üzerine bir araştırma. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2(Ek1), 616-629.
- Dölekoğlu, C. Ö. ve Çelik, O. (2018). Y kuşağı tüketicilerin gıda satın alma davranışı. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Tarım ve Doğa Dergisi*, 21, 55-66.
- Ercan, A., Akçıl Ok, M., Kızıltan, G. ve Altun, S. (2015). Sağlık Bilimleri Öğrencileri İçin Obezite Önyargı Ölçeğinin Geliştirilmesi: GAMS-27 Obezite Önyargı Ölçeği. *Uluslararası Hakemli Beslenme Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 29-43.
- Gerow, L. L. (2018). An exploration of attitudinal differences between baby boomers, generation x, and generation Y. *Doctoral Thesis. Gannon University, Graduate Faculty*. Pennsylvania.
- Gümüş, N. (2019). Z Kuşağı tüketicilerin hedonik tüketim davranışlarının demografik özellikleri bağlamında incelenmesi. *Business & Management Studies: An International Journal*, 7(5), 2177-2207.
- Gümüş, N. (2020). Z Kuşağı tüketicilerin satın alma karar tarzlarının incelenmesi. *Journal of Yasar University*, 15(58), 381-396.
- Hagan, S. ve Nelson, K. (2022). Are current guidelines perpetuating weight stigma? A weight-skeptical approach to the care of patients with obesity. *J Gen Intern Med*, 38(3), 793-798.

- Kahraman, Ç. (2018). Üniversite öğrencilerinde beslenme alışkanlıkları ve obezite riski: Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi örneği. *Yüksek Lisans Tezi*. Namık Kemal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Tekirdağ.
- Kazkondur, İ. (2020). Türkiye’de yeme içme alışkanlıklarının kuşaklara göre değişimi. *Doktora Tezi*. Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Kesik, F. ve Fisunoğlu, M. (2019). Kadın tüketicilerin beden kütle indekslerinin besin seçim motivasyonları üzerine etkisinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 6(3), 310-324.
- Keskin, Y., Akar, Y., Erdem, Ö. ve Erol, S. (2022). Yetişkinlerin beslenme bilgisi ve besin tercihleri ile beden kütle indeksi arasındaki ilişki: Kesitsel bir çalışma. *DEUHFED*, 15(2), 149-162.
- Kirk, S. F., Ramos Salas, X., Alberga, A. S. ve Russell-Mayhew, S. (2020). Reducing weight bias in obesity management, practice and policy. *Canadian Adult Obesity Clinical Practice Guidelines*, Erişim Adresi <https://obesitycanada.ca/guidelines/weightbias/>.
- Krok-Schoen, J. L., Jonnalagadda, S. S., Luo, M., Kelly, O. J. ve Taylor, C. A. (2019). Nutrient Intakes from Meals and Snacks Differ with Age in Middle-Aged and Older Americans. *Nutrients*, 11(6), 1301.
- Lawrence, B. J., Kerr, D., Pollard, C. M., Theophilus, M., Alexander, E., Haywood, D. ve O’Connor, M. (2021). Weight bias among health care professionals: A systematic review and meta-analysis. *Obesity (Silver Spring)*, 29, 1802-1812.
- Li, S., Zhu, Y., Zeng, M., Li, Z., Zeng, H., Shi, Z. ve Zhao, Y. (2022b). Association between nutrition literacy and overweight/obesity of adolescents: a cross-sectional study in Chongqing, China. *Front Nutr*, 12, 893267.
- Marty, L., Lauzon-Guillain, B., Labesse, M. ve Nicklaus, S. (2021). Food choice motives and the nutritional quality of diet during the COVID-19 lockdown in France. *Appetite*, 157, 105005.
- Merdol, D. S. (2019). Yetişkin bireylerde obezite önyargısı ile yaşam kalitesi ve beslenme durumları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Miller, C., Wakefield, M., Braunack-Mayer, A., Roder, D., O’Dea, K., Ettridge, K. ve Dono, J. (2019). Who drinks sugar sweetened beverages and juice? An Australian population study of behaviour, awareness and attitudes. *BMC Obes*, 6(1), ecollection.
- Nas, S. ve Beyhan, Y. (2021). Beden kütle indekslerine göre bireylerin diyet ürünleri kullanım durumlarının saptanması. *Sağlık ve Yaşam Bilimleri Dergisi*, 3(3), 151-158.
- Okumus, B., Dedeoğlu, B. B. ve Fangfang, S. (2021). Gender and generation as antecedents of food neophobia and food neophilia. *Tourism Management Perspectives*, 37(2), 100773.
- Onbaşı, Ö. (2022). e-Sağlıklı Beslenme Okuryazarlığı (e-SBO) Ölçeğinin Türkçe ’ye Uyarlanması ve Yetişkin Bireylerde Covid-19 Pandemi Öncesi ve Sırasında e-SBO Düzeyleri ile Beslenmeye İlişkin Parametreler Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi. *Doktora Tezi*. Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Özcan, A. H. (2019). Kuşaklara göre iş tatmini, tükenmişlik ve iş yaşam dengesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Bahçeşehir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Özdemir, N. (2019). Kuşaklararasılık ve Kültürel Değişme. *Çocuk ve Medeniyet*, 4(7), 125-149.
- Özden, A. T. (2019). Pozitif Algının ve Tüketici Karar Verme Tarzlarının Y ve Z Kuşakları Açısından Karşılaştırılması. *Gazi İktisat ve İşletme Dergisi*, 5(1), 1-20.
- Özkan, A. M., Çekiç, A. ve Çepikkurt, F. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Görünüm Kaygıları ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 98-111.

- Öztürk, E. ve Tekeli, S. (2021). Tüketicilerin besin seçim güdülerini: Y ve Z kuşaklarının karşılaştırılması. *Pazarlama ve Pazarlama Araştırmaları Dergisi*, 14(1), 147-182.
- Özyazgan-Tokay, A. A., Deniz, S. ve Pehlivan, E. (2020). Malatya ili Akçadağ ilçesinde yaşayan 15 yaş üstü bireylerin içme suyu tüketim davranışlarının incelenmesi. *Türk Hij Den Biyol Derg*, 77(EK4: Su ve Sağlık), 149-158.
- Potter, L., Meadows, A. ve Smyth, J. (2021). Experiences of weight stigma in everyday life: An ecological momentary assessment study. *J Health Psychol*, 26(14), 2781-2793.
- Szakály, Z., Kontor, E., Kovács, S., Popp, J., Pető, K. ve Polereczki, Z. (2018). Adaptation of the Food Choice Questionnaire: the case of Hungary. *Br Food J.*, 120(7), 1474-1488.
- Thakur, S. ve Mathur, P. (2021). Nutrition knowledge and its relation with dietary behaviour in children and adolescents: A systematic review. *Int J Adolesc Med Health*, 34(6), 1-12.
- Tuncer, M. C. ve Oktik, N. (2021). Kuşaklararası tüketim ilişkilerine sosyoekonomik bir bakış. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 17(37), 4352-4375.
- Uçar, B. (2021). X, Y, Z kuşaklarında sağlığın önemi ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının değişimi. *Yüksek Lisans Tezi*. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Uyanık, G., Yılmaz, M. ve Şahin, A. (2020). Sağlık bilimleri öğrencilerinin obezite ile ilgili önyargılarının belirlenmesi. *Genel Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(1), 48-58.
- Uysal Yeler, G. ve Göktaş, Z. (2023). Beslenme eğitiminin besin seçimi, kolesterol alım düzeyi ve vücut kompozisyonuna etkisi. *Abant Sağlık Bilimleri ve Teknolojileri Dergisi*, 3(1), 1-9.
- Van Kleef, E., Meeuwse, T., Rigterink, J. ve Van Trijp, H. (2019). Moving towards a healthier assortment in secondary and vocational school food environments. *British Food Journal*, 121, 9.
- Van Oostrom, S. H., Slobbe, L. C., van den Berg, S. W., Verschuren, W. M. ve Picavet, H. S. (2019). Do generations differ in sports participation and physical activity over the life course? Evidence from multiple datasets. *Eur J Sport Sci*, 19(10), 1395-1403.
- Williams, O. ve Annandale, E. (2020). Obesity, stigma and reflexive embodiment: Feeling the 'weight' of expectation. *Health (London)*, 24(4), 421-441.
- Yıldız, S. ve Çetinkaya, F. (2020). Yetişkinlerde Obezite ve Yaşam Kalitesinin Değerlendirilmesi. *Ahi Evran Medical Journal*, 4(2), 29-34.
- Yılmaz Akyüz, E., Konan, M. N. ve Alatl, R. (2021). Beslenme ve Diyetetik bölümü 1. ve 4. sınıf öğrencilerinin besin tercihlerinin karşılaştırılması. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 8(1), 43-48.
- Zhang, J., Zhang, N., Liang, S., Wang, Y., Liu, S., Liu, S., . . . Ma, G. (2019). The amounts and contributions of total drinking fluids and water from food to total water intake of young adults in Baoding, China. *Eur J Nutr*, 58(7), 2669-2677.

Research Article**X, Y, Z Kuşaklarının Beslenme Bilgi Düzeyleri, Obeziteye Karşı Ön Yargıları ve Besin Seçimlerinin Değerlendirilmesi***Evaluation of X, Y, Z Generations' Nutritional Knowledge Levels, Prejudices Against Obesity and Their Food Choices*

Özge VARLIK Diyetisyen, Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beslenme ve Diyetetik Ana Bilim Dalı diyetisyenozgevarlik@gmail.com https://orcid.org/0000-0003-0753-6038	Müge ARSLAN Doç. Dr., Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme ve Diyetetik Ana Bilim Dalı muge.arslan@uskudar.edu.tr https://orcid.org/0000-0003-1305-5126
--	--

Extensive Summary

Objective: To evaluate the nutritional knowledge levels of X, Y, Z generations and their prejudices against obesity and to examine their effects on food choices.

Method: A questionnaire consisting of Nutrition Knowledge Level Scale For Adults (NKLSA), Obesity Prejudice Scale (GAMS-27), Food Choice Questionnaire (FCQ) in order to measure the nutritional knowledge level of the participants with questions about sociodemographic characteristics and eating habits of the participants face to face has been applied. The obtained data were analyzed in SPSS v26 (IBM Inc., Chicago, IL, USA) program.

Results: The mean age of the X, Y, and Z generations was 48.92±4.68 years, 34.06±5.14 years, 18.90±1.31 years, and 18.90±1.31 years, respectively; The mean BMI are 27.27±3.25 kg/m², 26.30±3.69 kg/m², and 23.01±3.74 kg/m², respectively. From the participants' Nutrition Knowledge Level Scale For Adults (NKLSA) scores; “Basic Nutrition” sub-factor score average was 55.69±8.45 and “Food Preference” sub-factor score average was 35.18±5.57. The median of X generation individuals [7 (2-10)] was found to be statistically higher than Z generation individuals [5 (0-10)] in terms of finding the applied food preferences correct (U=28.784; p<0.001). Obesity Prejudice Scale (GAMS-27) mean score of the participants was 93.11±15.25. Food Choice Questionnaire (FCQ) sub-factor scores, mean “Health” sub-factor score average 2.64±0.84, “Mood” sub-factor score average 2.55±0.81, “Convenience” sub-factor score average 2.53 ±0.76, “Sensory Appeal” sub-factor score average 2.77±0.85, “Natural Content” sub-factor score average 2.76±0.92, “Price” sub-factor score average 2.64±0.82, “Weight Control” sub-factor score average was 2.41±0.80, “Familiarity” sub-factor score average was 2.58±0.77, and “Ethical Concern” sub-factor score average was 2.29±0.88. In the “mood” sub-factor scores, the median of the Z generation individuals [3.2 (1.2-4)] is compared to the X generation individuals [2.5 (1-4)] and Y generation individuals [2.5 (1-4)] according to (H=18.105; p<0.001); In the “fitness” sub-factor scores, the median of the Z generation individuals [3.2 (1-4)] is compared to the Y generation individuals [2.6 (1-4)] and the X generation individuals [2.4 (1-4)] (H=18.105, p<0.001); In the “Sensory Appeal” sub-factor scores, the median of the Z generation individuals [3.3 (1-4)] compared to the Y generation individuals [2.6 (1-4)](H=10.068; p<0.01); In the “Natural Content” sub-factor scores, the median of the X generation individuals [3.3 (1-4)] compared to the Z generation individuals [2 (1-4)] (H=29.287; p<0.001); In the “price” sub-factor scores, the median of the Z generation individuals [3 (1.3-4)] was compared to the Y generation individuals [2.5 (1-4)] (H=9.631; p<0.01); In the “Weight Control” sub-factor scores, the median of the X generation individuals [2.7 (1-4)] was compared to the Z generation individuals [2.1 (1-3.3)] (H=9.396; p<0.01); In the “Ethical Concern” sub-factor scores, the median of the X generation individuals [2.3 (1-4)] was

found to be statistically higher than the Z generation individuals [1.7 (1-4)] ($H=11.209$; $p<0.01$) . As the NKLSA “Basic Nutrition” sub-factor score increased, 12.6% ($n=0.126$; $p<0.05$) in the FCQ “Health” sub-factor score and 12.0% in the “Mood” sub-factor score ($s=0.120$; $p<0.05$), 15.0% in the “Sensory Appeal” sub-factor score ($s=0.150$; $p<0.01$), 13.8% in the “Natural Content” sub-factor score ($s=0.138$; $p<0.001$) and “ It was found that there was a 13.9% increase in the “Price” sub-factor score ($s=0.139$; $p<0.01$). As the “GAMS-27 Total” score of the individuals increased, 13.2% ($s=-0.132$; $p<0.01$) in FCQ’s “Health” sub-factor score and 17.3% in the “Convenience” sub-factor score ($n=-0.173$) ; $p<0.001$), 13.9% in the “Sensory Appeal” sub-factor score ($n=-0.139$; $p<0.01$), 19.6% in the “Natural Content” sub-factor score ($n=-0.196$; $p<0.001$), 16.7% decrease in “Price” sub-factor score ($n=-0.167$; $p<0.01$) and 13.4% decrease in “Weight Control” sub-factor score ($s=-0.134$; $p<0.01$) . As the NKLSA “Food Preference” sub-factor score of X generation individuals increased, 22.7% ($n=-0.227$; $p<0.05$) decrease in FCQ “Weight Control” sub-factor score and 21.6% decrease in “Ethical Concern” sub-factor score found ($s=-0.216$; $p<0.05$). As Y-generation individuals' NKLSA "Basic Nutrition" sub-factor score increased, 19.1% ($s=0.191$; $p<0.01$) in FCQ "Health" sub-factor score, 14.4% in "Mood" sub-factor score ($n=0.144$; $p<0.05$), 12.7% in the “Convenience” sub-factor score ($s=0.127$; $p<0.05$), 19.1% in the “Sensory Appeal” sub-factor score ($s=0.191$; $p<0.01$) , the “Natural Content” sub-factor score increased by 18.8% ($s=0.188$; $p<0.01$) and the “Price” sub-factor score increased by 16.2% ($s=0.162$; $p<0.05$). As the “GAMS-27 Total” score of generation Y individuals increased, 26.9% ($n=-0.269$; $p<0.001$) in the BSA “Health” sub-factor score and 17.0% in the “Mood” sub-factor score ($n=-0.170$; $p<0.01$), 22.6% in the “Convenience” sub-factor score ($s=-0.226$; $p<0.001$), 27.7% in the “Sensory Appeal” sub-factor score ($s=-0.277$; $p<0.001$), “ “Natural Content” sub-factor score 33.2% ($s=-0.332$; $p<0.001$), “Price” sub-factor score 20.0% ($s=-0.200$; $p<0.01$), “Weight Control” sub-factor score of 22.5% ($n=-0.225$; $p<0.001$), 20.1% in “Familiarity” sub-factor score ($n=-0.201$; $p<0.01$) and 14.6% in “Ethical Concern” sub-factor score It was found that there was a decrease ($n=-0.146$; $p<0.05$). A one-unit increase in individuals' NKLSA "Basic Nutrition" sub-factor scores was 0.011 times higher in FCQ "Health" sub-factor scores and 0.011 times in "Mood" sub-factor scores ($\beta=0.011$; $t=2.289$; $p<0.05$) ($F=5.241$; $p<0.05$), 0.014 fold ($\beta=0.014$; $t=2.840$; $p<0.01$) ($F=8.068$; $p<0.01$) in “Sensory Appeal” sub-factor scores, “Natural Content” sub-factor scores 0.014 times ($\beta=0.014$; $t=2.640$; $p<0.01$) ($F=6.970$; $p<0.01$) and “Price” sub-factor scores increased 0.012 times ($\beta=0.012$; $t=2.489$; $p<0.05$) ($F=6.193$; $p<0.05$). A one-unit increase in individuals' NKLSA "Food Preference" sub-factor scores was 0.018 times ($\beta=-0.018$; $t=-2.445$; $p<0.05$) ($F=5.976$; $p<0.05$) in FCQ "Health" sub-factor scores, , 0.014 times ($F=4.319$; $p<0.05$) ($\beta=-0.014$; $t=-2.078$; $p<0.05$) in the “Amenity” sub-factor scores, 0.016 times in the “Sensory Appeal” sub-factor scores ($F=4.593$; $p<0.05$) ($\beta=-0.016$; $t=-2.143$; $p<0.05$), 0.019 fold ($F=5.559$; $p<0.05$) ($\beta=-0.019$; $t=-2.358$; $p<0.05$), 0.021 fold ($F=7.961$; $p<0.01$) in “Price” sub-factor scores ($\beta=-0.021$; $t=-2.822$; $p<0.01$) , “Weight Control” sub-factor scores were decreased by 0.016 times ($\beta=-0.016$; $t=-2.208$; $p<0.05$) ($F=4.875$; $p<0.05$), and “Familiarity” sub-factor scores were decreased by 0.014 times. ($F=4.289$; $p<0.05$) ($\beta=-0.014$; $t=-2.071$; $p<0.05$). A one-unit increase in individuals' "GAMS-27 Total" scores was 0.012 times ($F=21.713$; $p<0.001$) ($\beta=-0.012$; $t=-4.660$; $p<0.001$) in FCQ "Health" sub-factor scores, "Mood" sub-factor 0.008 times ($F=9.779$; $p<0.01$) ($\beta=-0.008$; $t=-3.127$; $p<0.01$) in the scores of the “Convenience” sub-factor scores ($F=21.906$; $p<0.001$) 0.016 times ($F=29.961$; $p<0.001$) ($\beta=-0.016$; $t=-5.474$; $p<0.001$) in the sub-factor scores of “Natural Content”, 0.012 times ($F=20.332$; $p<0.001$) in the sub-factor scores of “Price” ($\beta=-0.012$; $t=-4.509$; $p<0.001$), 0.010-fold ($F=15.409$; $p<0.001$) ($\beta=-0.010$; $t=-3.925$; $p<0.001$) in “Weight Control” sub-factor scores, and A 0.009-fold decrease was found in the "familiarity" sub-factor scores ($F=11.681$; $p<0.01$) ($\beta=-0.009$; $t=-3.418$; $p<0.01$).

Conclusion: The generation with the highest prejudice against obesity; It is the Y generation. Nutritional knowledge and obesity bias of generations affect food choices. Determining the nutritional knowledge level of individuals and organizing nutrition trainings with the right methods by health professionals or trainers who are experts in their fields, in accordance with the sociodemographic and socioeconomic characteristics of the individuals, in a way that can reach individuals from all parts of the society; It can be effective in increasing the nutritional knowledge level of individuals and their awareness of healthy nutrition, gaining the right nutrition behaviors and reducing obesity prejudices. It may be useful to conduct the study with individuals with different sociodemographic and socioeconomic levels, by increasing the number of samples and by balancing the distribution of male and female individuals and

the generation distribution according to age groups, to determine the nutritional knowledge levels of individuals, to evaluate obesity biases and to examine their effects on food choices.