

Sağlık Bilimleri Öğrencilerinin Sürdürülebilir Beslenme ve Çevre Bilgi Düzeyleri ile Akdeniz Diyetine Uyumları

Health Sciences Students Sustainable Nutrition and Environmental Knowledge Levels and Adherence to Mediterranean Diet

 Gülsena Akay¹,  Lütfi Saltuk Demir²

¹Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü, Beslenme ve Diyet Uzmanı, Konya, Türkiye

²Necmettin Erbakan Üniversitesi, Meram Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Konya, Türkiye

Makale Tarihleri/Article Dates:

Geliş Tarihi/Received: 8 Temmuz 2021

Kabul Tarihi/Accepted: 28 Kasım 2021

Yayın Tarihi/Published Online:

12 Nisan 2022

Sorumlu Yazar/Corresponding Author:

Gülsena Akay,

Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü, Beslenme ve Diyet Uzmanı, Konya, Türkiye

e mail: gulsenaakay@hotmail.com

Açıklama/Disclosure: Yazarların hiçbirisi, bu makalede bahsedilen herhangi bir ürün, aygıt veya ilaç ile ilgili maddi çıkar ilişkisine sahip değildir. Araştırma, herhangi bir dış organizasyon tarafından desteklenmedi. Yazarlar çalışmanın birincil verilerine tam erişim izni vermek ve derginin talep ettiği takdirde verileri incelemesine izin vermeyi kabul etmektedirler.

ÖZET

Amaç: Bu çalışmada sağlık alanında öğrenim gören üniversite öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme ve çevre hakkında bilgi düzeyi ile Akdeniz diyetine uyumlarını değerlendirmek amaçlandı.

Yöntemler: Bu çalışma kesitsel tipte yapıldı. Nisan-Mayıs 2019 aylarında Tıp Fakültesi (n=413) ve Beslenme ve Diyetetik Bölümü'nde (n=274) öğrenim görmekte olan 687 öğrenci üzerinde gerçekleştirildi. Araştırmada sosyodemografik özellikler anket formu, sürdürülebilir beslenme ve çevre ilişkisi anket formu ile Akdeniz diyeti uyum ölçeği kullanıldı. Verilerin analizinde ki-kare testi, Mann Whitney-U testi, Kruskal-Wallis testi kullanıldı. p<0,05 anlamlı kabul edildi.

Bulgular: Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme kavramını duyma oranları Tıp öğrencilerine göre yüksek bulundu (p<0,001). Katılımcıların %95,2'sinin sürdürülebilir beslenme ile ilgili daha önce bir eğitim almadığı saptandı. Her iki bölüm öğrencilerinin de sürdürülebilir beslenme kavramını en az oranda ekolojik boyutuyla (Tıp:%27,8; Beslenme ve Diyetetik:%25,5) ele aldıkları tespit edildi. Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinin Tıp öğrencilerine göre Akdeniz diyetine uyumlarının anlamlı olarak daha yüksek olduğu saptandı (p<0,001).

Sonuç: Öğrencilerin yarısından fazlasının sürdürülebilir beslenme kavramını daha önce duymadığı tespit edildi. Öğrencilerin en düşük oranda sürdürülebilir beslenmeyi çevre boyutuyla ele aldıkları görüldü. Katılımcıların Akdeniz diyetine düşük düzeyde uyum gösterdiği saptandı

Anahtar Kelimeler: Akdeniz diyeti, Diyet, Çevre, Sürdürülebilirlik.

ABSTRACT

Aim: In this study, it was aimed to evaluate the level of knowledge of university students studying in the field of health in sustainable nutrition and environment and their adherence with the Mediterranean diet.

Methods: This study was conducted in a cross-sectional type. It was conducted on 687 students studying at the Faculty of Medicine (n=413) and the Department of Nutrition and Dietetics (n=274) in April-May 2019. In the research, sociodemographic characteristics questionnaire form, sustainable nutrition and environmental relationship questionnaire form and Mediterranean diet adherence screener were used. In the analysis of the data, chi-square test, Mann Whitney-U test, Kruskal-Wallis test were used. p<0,05 was accepted significant.

Results: The rate of hearing of Nutrition and Dietetics students on the term of sustainable nutrition was higher than that of Medical students (p<0,001). It was determined that 95,2% of the participants did not receive education on sustainable nutrition. It was determined that students of both departments dealt with the concept of sustainable nutrition at least with its ecological dimension (Medicine: 27,8%; Nutrition and Dietetics: 25,5%). Adherence of Nutrition and Dietetics students with Mediterranean diet was found to be significantly higher than that of medical students (p<0,001).

Conclusion: It has been determined that more than half of the students had not heard of the concept of sustainable nutrition before. It was determined that the students dealt with sustainable nutrition with the environmental dimension at the lowest rate. It was found that the participants had a low adherence to the Mediterranean diet.

Key words: Mediterranean diet, Diet, Environment, Sustainability.



Atıf yapmak için/ Cite this article as: Akay G, Demir LS. Sağlık Bilimleri Öğrencilerinin Sürdürülebilir Beslenme ve Çevre Bilgi Düzeyleri ile Akdeniz Diyetine Uyumları. Mev Med Sci. 2022;2(1): 1-6

"This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) (CC BY-NC 4.0)"

GİRİŞ

Sürdürülebilirlik, yaşadığımız sınırlı çevresel kaynakların daha verimli kullanılması ile beslenme ve çevre ilişkisinin merkezinde yer alan bir terimdir. Beslenmenin sürdürülebilirliği ve çevresel değişimler birbiri ile ilişkilidir (1). Besin üretim, işleme, dağıtım ve tüketim aşamalarının arazi kullanımı, su tüketimi, sera gazı salınımı sebebiyle sağlık ve çevre üzerinde etkileri vardır (2). Gıda ve Tarım Örgütü, sürdürülebilir beslenmeyi; “Sürdürülebilir diyetler, şimdiki ve gelecek nesillerde sağlıklı bir yaşam için besin ve beslenme güvencesine katkıda bulunan düşük çevresel etkilere sahip diyetlerdir. Sürdürülebilir diyetler, biyolojik çeşitliliğe ve ekosisteme karşı koruyucu, saygılı, kültürel olarak kabul edilebilir, ulaşılabilir, ekonomik açıdan uygun ve satın alınabilir; beslenme açısından yeterli, güvenli, sağlıklı; doğal ve insan kaynaklarını en iyi şekilde kullanan diyetlerdir.” olarak tanımlamıştır (3).

Akdeniz diyeti, kısmen sürdürülebilir bir beslenme modelini temsil eder. Akdeniz diyeti; besin kalitesini sağlayan biyoçeşitliliğe sahip, farklı besin hazırlama yöntemlerini içeren, sağlığa faydalı etkileri olan zeytinyağı, balık, meyve, sebze, kurubaklagil ve fermente süt ürünlerini içeren, kültürel ve geleneksel bağları olan, mevsimselliğe uygun, doğaya saygılı ve hayvansal ürünleri az içeren bir beslenme modeli olması nedeniyle çevre üzerinde etkileri düşüktür (4).

Sağlık profesyonelleri, mevcut beslenme sistemini çevresel, sosyal ve sağlık etkileri bir bütün olarak değerlendirmelidirler. Toplum sağlığına yönelik risk faktörleri; fiziksel çevre, kültürel çevre ile insanların buradaki varlıklar ve sistemler üzerindeki etkisinden kaynaklanmaktadır (5). Bu çalışmada sağlık alanında öğrenim gören üniversite öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme ve çevre hakkında bilgi düzeyleri ile sürdürülebilir beslenme modeli olan Akdeniz diyetine uyumlarını değerlendirmek amaçlandı.

YÖNTEMLER

Araştırma Tıp Fakültesi ile Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümünde kesitsel tipte yapıldı. Araştırmanın evrenini Tıp Fakültesi 3. ve 6. sınıf öğrencileri ile Beslenme ve Diyetetik Bölümü 1,2,3 ve 4.sınıfta aktif olarak öğrenim gören 860 öğrenci oluşturdu. Nisan–Mayıs 2019 tarihleri arasında tüm evrene ulaşılması hedeflenen çalışma 687 (%79,8) öğrenciyle tamamlandı. Araştırmada araştırmacı tarafından literatür taranarak oluşturulan yaş, bölüm, sınıf, cinsiyet, boy, ağırlık sorularını içeren 6 soruluk sosyodemografik özellikler formu; sürdürülebilirlik ve sürdürülebilir beslenme kavramlarını duyum, sürdürülebilir beslenmenin içermesi gereken özellikler, sürdürülebilir beslenme konulu eğitim durumunu içeren 5 soruluk sürdürülebilir beslenme ve çevre ilişkisi anket formu ve Akdeniz diyeti uyum ölçeği kullanıldı.

Akdeniz diyeti uyum ölçeği, Martinez-Gonzalez et al. (6) çalışmasına göre her ‘hayır’ cevabı 0, ‘evet’ cevabı 1 puan olarak 0-14 puan aralığında değerlendirildi. Toplam puanının 7 ve üzerinde olması uyumun kabul edilebilir olduğunu, 9 ve üzerinde olması ise uyumun yüksek olduğunu göstermektedir (6). Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasında Cronbach Alpha katsayısı 0,829 olarak bildirilmiştir (7). Çalışmada İlaç ve Tıbbi Cihaz Dışı Araştırmalar Etik Kurulu’ndan 2020/2799 sayılı onay alındı. Tıp Fakültesi Dekanlığı ile Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanlığından yazılı izinler alındı. Katılımcılar anket başlangıcındaki açıklamayla bilgilendirildi. Çalışmaya katılmaya gönüllü olanlar anket formunu doldurdu.

İstatistiksel Analiz

Veriler bilgisayar ortamına aktarılarak SPSS (Statistical Package for Social Sciences)18.0 programında analiz edildi. Tanımlayıcı analizlerde kategorik veriler frekans ve yüzde olarak, sayısal veriler aritmetik ortalama, standart sapma veya ortanca, minimum, maksimum değerleri kullanıldı. Normal dağılıma uygunluk Kolmogorov-Smirnov/Shapiro-Wilk testleri ve histogram grafiğiyle incelendi. Kategorik verilerin karşılaştırılmasında ki-kare testi kullanıldı. Sayısal verilerde iki grubun karşılaştırılmasında Mann Whitney-U testi, üç ve üzeri gruplarda Kruskal-Wallis testi kullanıldı. Anlamlılık sınırı $p < 0,05$ kabul edildi.

BULGULAR

Araştırmaya katılan 687 öğrencinin %72,5’i kadın, %27,5’i erkek olup; yaşları $22 \pm 2,0$ yıl olarak tespit edildi. Bireylerin %60,1’i Tıp, %39,9’u Beslenme ve Diyetetik öğrencisiydi. Tıp öğrencilerinin %52,3’ü 3.sınıfta, % 47,7’si 6.sınıfta öğrenim görmekteydi. Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinin %24,8’i 1.sınıf, %28,5’i 2.sınıf, %24,8’i 3.sınıf ve %21,9’u 4.sınıfta öğrenim görmekteydi. Öğrencilerin ortalama boy uzunlukları $167,5 \pm 8,2$ cm; ortalama vücut ağırlıkları $63,1 \pm 12,2$ kg olarak saptandı. Sürdürülebilirlik kavramını Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinin %89,8’i, Tıp öğrencilerinin %65,6’sı daha önce duyduğunu belirtti. Sürdürülebilir beslenme kavramını ise Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinin %65,3’ü, Tıp öğrencilerinin %24,5’i daha önceden duyduklarını belirtti. Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinin sürdürülebilirlik kavramını duyma oranlarının Tıp öğrencilerinden yüksek olduğu tespit edildi ($\chi^2 = 51,646$ $p < 0,001$). Tıp öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme kavramını duymama durumlarının Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinden istatistiksel olarak yüksek olduğu saptandı ($\chi^2 = 113,968$ $p < 0,001$).

Katılımcıların lisans eğitimleri sırasında %95,2’sinin sürdürülebilir beslenmeyle ilgili eğitim almadığı tespit edildi. Bölümler arasında eğitim alma durumunda fark saptanmadı ($\chi^2 = 1,413$ $p = 0,235$). Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinin %93,1’i ile Tıp öğrencilerinin %55,9’u sürdürülebilir beslenme konulu eğitim almak istediklerini belirtti. Beslenme ve

Tablo 1. Katılımcılara Göre Sürdürülebilir Beslenmenin İçermesi Gereken Özellikler*

	Tıp Fakültesi		Beslenme ve Diyetetik Bölümü		x ²	p
	s	%	s	%		
Sağlıklı yaşamı teşvik etmeli	395	95,6	270	98,5	4,464	0,035
Düşük çevresel etkili olmalı	115	27,8	70	25,5	0,442	0,506
Ekonomik olmalı	290	70,2	215	78,5	5,756	0,016
Yerel besinleri içermeli	164	39,7	139	50,7	8,115	0,004
Mevsim besinlerini içermeli	250	60,5	186	67,9	3,838	0,050
Kültürel ve etnik tercihlere uygun olmalı	167	40,4	157	57,3	18,797	<0,001
Besin ve besin ögesi ihtiyaçlarını karşılamalı	298	72,2	228	83,2	11,223	0,001
Besin güvenliğini sağlamalı	254	61,5	214	78,1	20,904	<0,001
Erişilebilir besinleri içermeli	258	62,5	217	78,2	20,601	<0,001

*Katılımcılar birden fazla cevap işaretlemişlerdir.

Diyetetik öğrencilerinin eğitim isteklerinin istatistiksel olarak Tıp öğrencilerinden yüksek olduğu saptandı ($x^2= 54,710$ $p<0,001$). Her iki bölümdeki öğrencilerde sürdürülebilir beslenmenin en yüksek oranda, sağlıklı yaşamı teşvik etmesi gerektiğini belirtti. Sürdürülebilir beslenmenin sağlıklı yaşamı teşvik etme ($p=0,035$), besin ve besin ögesi ihtiyaçlarını karşılama ($p=0,001$), ekonomik olma ($p=0,016$), yerel besinleri içermeye ($p=0,004$), kültürel ve etnik tercihlere uygun olma ($p<0,001$), besin ve besin ögesi ihtiyaçlarını karşılama ($p=0,001$), besin güvenliğini sağlama ($p<0,001$), erişilebilir besinleri içermeye ($p<0,001$) özelliklerini içermesi gerektiği cevabının Beslenme ve Diyetetik öğrencileri tarafından Tıp öğrencilerinden istatistiksel olarak daha yüksek oranda işaretlendiği saptandı. Her iki bölümde de en düşük oranda düşük çevresel etkili olmalı cevabı verildi. Bölümler arası istatistiksel farklılık saptanmadı (Tablo 1).

Katılımcıların Akdeniz diyeti uyum puanları 6(0-13) olarak saptandı. Akdeniz diyeti uyum puanları Tıp öğrencilerinde 6(0-11), Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinde 7(2-13) olarak tespit edildi. Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinin

Tıp öğrencilerine göre Akdeniz diyetine uyumlarının yüksek olduğu saptandı ($p<0,001$). Katılımcıların Akdeniz diyetine uyumlarının %51,8'inin düşük, %33,6'sının kabul edilebilir, %14,6'sının ise yüksek olduğu saptandı. Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinin Akdeniz diyetine yüksek uyum oranının Tıp öğrencilerinden yüksek olduğu tespit edildi ($x^2= 22,717$ $p<0,001$). Tıp öğrencilerinin sınıfları ile Akdeniz diyetine uyum düzeylerinde farklılık bulunmadı ($p=0,716$). Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinde 3. ve 4.sınıfa yaklaştıkça diyet uyumun daha yüksek olduğu saptandı. ($p<0,001$) (Tablo 2).

Sürdürülebilirlik kavramını daha önce duyan öğrencilerle Akdeniz diyetine uyumları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmazken ($p=0,143$), sürdürülebilir beslenme kavramını daha önce duyanların Akdeniz diyetine uyumlarının daha yüksek olduğu saptandı ($p=0,001$) (Tablo 3).

TARTIŞMA

Türkiye Beslenme Sağlık Araştırması-2017'de 19-30 yaş arası kadınların ortalama boyları 160,5 cm, ağırlıkları 62,3

Tablo 2. Katılımcıların Sınıfları ile Akdeniz Diyetine Uyum Durumları

	Akdeniz Diyetine Düşük Uyum		Akdeniz Diyetine Kabul Edilebilir Uyum		Akdeniz Diyetine Yüksek Uyum		x ²	p
	s	%	s	%	s	%		
Tıp Fakültesi								
3.Sınıf	122	50,8	70	53,4	24	57,1		
6.Sınıf	118	49,2	61	46,6	18	42,9	0,669	0,716
Toplam	240	100,0	131	100,0	42	100,0		
Beslenme ve Diyetetik Bölümü								
1.Sınıf	41	35,3	21	21,0	6	10,3		
2.Sınıf	31	26,7	34	34,0	13	22,4		
3.Sınıf	32	27,6	20	20,0	16	27,6	29,943	<0,001
4.Sınıf	12	10,3	25	25,0	23	39,7		
Toplam	116	100,0	100	100,0	58	100,0		

Tablo 3. Katılımcıların Sürdürülebilirlik ve Sürdürülebilir Beslenme Kavramını Duyumları ile Akdeniz Diyetine Uyumları

		Akdeniz Diyetine Düşük Uyum		Akdeniz Diyetine Kabul Edilebilir Uyum		Akdeniz Diyetine Yüksek Uyum		x ²	p
		s	%	s	%	s	%		
Sürdürülebilirlik kavramını duyma durumu	Evet	257	72,	180	77,9	80	75,3	3,886	0,143
	Hayır	99	27,8	51	22,1	20	24,7		
Sürdürülebilir beslenme kavramını duyma durumu	Toplam	356	100,0	231	100,0	100	100,0		
	Evet	123	34,6	103	44,6	54	54,0		
	Hayır	233	65,4	128	55,4	46	46,0	14,347	0,001
	Toplam	356	100,0	231	100,0	100	100,0		

kg ve erkeklerin boyları 174,7 cm, ağırlıkları 76,7 kg olarak bildirilmiştir (8). Literatürde Tıp öğrencileri ile Beslenme ve Diyetetik öğrencileriyle yapılan bazı çalışmalarda öğrencilerin vücut ağırlıkları ve boy uzunlukları benzer olarak bildirilmiştir (9,10). Sürdürülebilirlik ve sürdürülebilir beslenme kavramlarında farkındalıkla ilgili çalışmalar sınırlı olup lisans düzeyinde beslenme eğitimi alan katılımcıların bu kavramları duyumlarına ilişkin benzer sonuçlar bildirilmiştir. Burkhart et al. (11) Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinde sürdürülebilirlik kavramını daha önceden duyma oranının %97,0 olup çoğu öğrencinin sürdürülebilirliğin beslenmede önemli olduğunu düşündüğünü bildirmiştir. Özen Ünal (12) Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinin %58,6'sının daha önce sürdürülebilir beslenme kavramını duyduğunu bildirmiştir. Gülsöz (13) çalışmasında 20 yaş ve üzeri öğrenci olmayan farklı sosyodemografik özelliklere sahip katılımcıların sürdürülebilir beslenme kavramını duyma oranının %24,3 olduğunu bildirmiştir.

Diyetetik eğitimi konulu bir çalışmada eğitimcilerin %68,0'i sürdürülebilirlik eğitim teknikleriyle ilgilendiği bildirilmiştir (14). Lisans düzeyinde beslenme eğitimi alan öğrencilere uygulanan besin sürdürülebilirlik modülünün çevresel okuryazarlık tutumlarını arttırdığı saptanmıştır (15). Çalışmamızda katılımcıların sürdürülebilir beslenme ile ilgili eğitim istek oranı yüksek bulundu. Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinin Tıp öğrencilerinden eğitim istek durumlarının yüksek olması mesleki ilgi alanlarından kaynaklanabilir. Çalışmamızda her iki bölüm öğrencilerinin de sürdürülebilir beslenmeyi öncelikle sağlık ve ekonomik olarak değerlendirdikleri saptanmıştır. Bu durum öğrencilerin sağlık eğitimi almaları ve ekonomik düzeylerinin iyi olmamasından kaynaklanabilir. Sağlık profesyonellerinin çevresel konular ve uygulamaları hakkında literatürde çalışmalar bulunmaktadır. Heidelberger et al. (16) uygulamalarında çevresel konuları dahil eden diyetisyenlerin oranını %47,0 olarak bildirmiştir. Başka bir çalışmada

diyetisyenlerin %38,0'nin diyeti iklim değişikliğini etkileyen bir faktör olarak değerlendirdiği bildirilmiştir (17). Sarfaty et al. (18) doktorların %88,0'inin iklim değişikliğinin direkt hasta bakımı ile ilgili olduğunu düşündüğünü belirtirken, %71,0'inin bu konuda nasıl bir yaklaşımda bulunacaklarını bilmediğini bildirmiştir. Çalışmamızda öğrencilerin en az olarak seçtikleri sürdürülebilir beslenmenin düşük çevresel etkili olma özelliği ile bölümler arasında istatistiksel fark saptanmamıştır. Literatürde sağlık bilimleri öğrencileriyle çevresel tutumları arasında farklar bildirilmiştir. Çelik ve ark. (19) Tıp öğrencilerinin çevresel tutumlarının Hemşirelik öğrencilerinden yüksek olduğunu bildirmiştir. Ulas Kadioğlu ve Uncu (20) Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinin çevre sorunlarına yönelik tutumlarının Hemşirelik öğrencilerinden yüksek olduğunu bildirmiştir. Çevre yanlısı davranışların sağlıklı bilinçli diyetle ilişkili olduğu fakat çevre yanlısı tutumlar ve davranışlar arasında güçlü bir ilişki bulunmadığı bildirilmiştir (21).

Şahin Bayram ve Aktaş (22) farklı fakülte öğrencileriyle yaptıkları çalışmada, katılımcıların %45,0'inin Akdeniz diyeti kalitesinin düşük olup Tıp ile Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin Akdeniz Diyeti kalitelerinin diğer fakülte öğrencilerinden yüksek olduğu bildirmiştir. Çalışmamızda Akdeniz diyeti uyum düzey ve puanları, Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinde Tıp öğrencilerinden yüksek bulunmuştur. Ancak Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinin %42,3'ünün Akdeniz diyetine düşük uyum gösterdiği saptanmıştır. Bu durum beslenme eğitimi almanın Akdeniz diyetine uyumu arttırdığını ve teorik bilgi ile davranışlar arasında uyumsuzluk olduğunu gösterebilir. Literatürde ülkemizde dahil olmak üzere Akdeniz ülkelerindeki yapılan çalışmalarda üniversite öğrencilerinin düşük oranda Akdeniz diyetine yüksek uyum gösterdiği, Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinin ise Akdeniz diyetine uyumlarının diğer bölüm öğrencilerinden yüksek olduğu bildirilmiştir (23-26).

Baydemir ve ark. (27) Tıp öğrencilerinin Akdeniz diyeti

skorlarının %42,7'sinin yetersiz, %2,3'ünün iyi düzeyde olduğunu bildirmiştir. Fiore et al. (28) Tıp öğrencilerinin sınıflarının ilerlemesiyle Akdeniz diyetine uyumları arasında fark olmadığını bildirmiştir. Çalışmamızda da Tıp öğrencilerinin son sınıfa yaklaşmaları ile Akdeniz diyetine uyumları arasında istatistikî fark bulunmamıştır. Madencioğlu (29) Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinin Akdeniz diyetine %30,8'inin düşük ve %1,5'inin yüksek uyum gösterdiklerini bildirmiştir. Öğrencilerin son sınıfa yaklaştıkça Akdeniz diyetine uyumlarının azaldığını saptamıştır (29). Nikolajuk et al. (30) Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinin Akdeniz diyeti konusunda yüksek düzey bilgiye sahip olduklarını fakat bu bilgilerini beslenmelerinde uygulamadıklarını bildirmiştir. Çalışmamızda Beslenme ve Diyetetik öğrencilerinin son sınıfa yaklaştıkça Akdeniz diyetine uyumun arttığı saptanmıştır. Beslenme bilgisinin artmasının Akdeniz diyetine uyumu arttırdığı düşünülebilir. Ancak bu artışın yeterli olmadığı gözlenmektedir. Çalışmamızda sürdürülebilir beslenme kavramını duyma ile Akdeniz diyetine uyum arasında anlamlı ilişki saptanması kavramı duyanların bunu uygulamalarına yansıtıldığını gösterebilir.

Sonuç olarak, öğrencilerin sürdürülebilir beslenme bilgi durumları ile Akdeniz diyetine uyumları düşük bulunmuştur. Hem kendi sağlıkları için hem de toplumda örnek model olacaklarından sürdürülebilir beslenme bilgi düzeyleriyle Akdeniz diyeti uygulamalarının artırılması gerekmektedir. Toplum beslenmesi derslerine sürdürülebilir beslenme konusu eklenebilir. Öğrencilerin kolay ulaşabileceği kantin ve yemekhanelerde sürdürülebilir menü seçenekleri geliştirilebilir.

Çıkar Çatışması: Çalışmada herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

Finansal Çıkar Çatışması: Çalışmada herhangi bir finansal çıkar çatışması yoktur.

Sorumlu Yazar: Gülsena Akay, Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü, Beslenme ve Diyet Uzmanı, Konya, Türkiye
e-mail: gulsenaakay@hotmail.com

KAYNAKLAR

1. Akay G, Demir LS. Toplum Beslenmesinde Sürdürülebilirlik ve Çevre. *Selcuk Med J* 2020;36(3):282-7.
2. Serra-Majem L, Medina FX. The Mediterranean diet as an intangible and sustainable food culture. In: Preedy VR, Watson RR ed. *The Mediterranean Diet*. Barcelona: Academic Press 2015:37-46.
3. Gamboni M, Carimi F, Migliorini P. Mediterranean diet: An integrated view. In: Burlingame B, Dernini D. editors. *Sustainable diets and biodiversity directions, solutions for policy, research and action*. Food and Agriculture Organization;2012; Rome: Italy. pp:262-72. Available from: <http://www.fao.org/3/i3004e/i3004e.pdf> Accessed: 24.03.2021.
4. Padilla M, Capone R, Palma G. Sustainability of the food chain from field to plate: The case of the Mediterranean diet. *Sustainable diets and biodiversity directions, solutions for policy, research and action*. In: Burlingame B, Dernini D. editors. *Sustainable diets and*

5. biodiversity directions, solutions for policy, research and action. *Food and Agriculture Organization*;2012; Rome: Italy. pp: 230-40. Available from: <http://www.fao.org/3/i3004e/i3004e.pdf> Accessed: 24.03.2021.
6. O'Kane G. What is the real cost of our food? Implications for the environment, society and public health nutrition. *Public Health Nutr* 2012;15(2):268-76.
7. Martinez-Gonzalez MA, Garcia-Arellano A, Toledo E, et al. A 14-item Mediterranean diet assessment tool and obesity indexes among high-risk subjects: the PREDIMED trial. *PloS One*, 2012;7(8):43134.
8. Pehlivanoglu EFÖ, Balcioglu H, Ünlüoglu İ. Akdeniz Diyeti Bağlılık Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması geçerlilik ve güvenilirliği. *OTD* 2020;42(2):160-4.
9. T.C. Sağlık Bakanlığı. Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması 2017. Ankara, 2019. Erişim Linki: https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/saglikli-beslenme-hareketli-hayat-db/Yayinlar/kitaplar/TBSA_RAPOR_KITAP_20.08.pdf Erişim Tarihi: 06.07.2021
10. Alkan ŞB, Solak R, Gürbüz E, ve ark. Beslenme ve Diyetetik Bölümü öğrencilerinde yeme davranış bozukluğu ve beden algısı: kesitsel bir çalışma. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi* 2019;2(2):38-44.
11. Yılmaz MT, Akın D, Aydın D, ve ark. Tıp Fakültesi Öğrencilerinin antropometrik olarak vücut ölçümlerinin değerlendirilmesi. *Selcuk Med J* 2012;29(1):1-4.
12. Burkhart S, Verdonck M, Ashford T, et al. Sustainability: Nutrition and Dietetic students' perceptions. *Sustainability* 2020;12(3):1072.
13. Özen Ünal G. Diyetisyen ve diyetisyen adaylarının sürdürülebilir beslenme konusundaki bilgi ve tutumlarının değerlendirilmesi. Ankara (Yüksek Lisans Tezi): Hacettepe Üniversitesi; 2019.
14. Gülsöz S. Yirmi yaş ve üzeri bireylerin sürdürülebilir beslenme konusundaki bilgi düzeylerinin ve uygulamalarının değerlendirilmesi. Ankara (Yüksek Lisans Tezi): Başkent Üniversitesi; 2017.
15. Harmon A, Lapp JL, Blair D, et al. Teaching food system sustainability in dietetic programs: need, conceptualization, and practical approaches. *J Hunger Environ Nutr* 2011;6(1):114-24.
16. Innes S, Shephard K, Furnari M, et al. Greening the curriculum to foster environmental literacy in tertiary students studying human nutrition. *J Hunger Environ Nutr* 2018;13(2):192-204.
17. Heidelberger L, Smith C, Robinson-O'Brien R, et al. Registered dietitian nutritionists' perspectives on integrating food and water system issues into professional practice. *J Acad Nutr Diet* 2017;117(2):271-7.
18. Hawkins IW, Balsam AL, Goldman R. A survey of registered dietitians concern and actions regarding climate change in the United States. *Front Nutr* 2015;2(21):1-8.
19. Sarfaty M, Mitchell M, Bloodhart B, et al. A survey of African American physicians on the health effects of climate change. *Int J Environ Res Public Health* 2014;11(12):12473-85.
20. Çelik S, Başaran T, Gökalp MR, ve ark. Hemşirelik ve tıp öğrencilerinin çevre sorunlarına yönelik tutumları. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi* 2016;3(2):91-8.
21. Ulas Kadioglu B, Uncu F. Health sciences students' attitudes towards environmental problems. *Journal of Current Researches on Health Sector* 2018;8(2):285-96.
22. Asvatourian V, Craig T, Horgan GW, et al. Relationship between proenvironmental attitudes and behaviour and dietary intake patterns. *Sustain Prod Consum* 2018;16:216-26.
23. Şahin Bayram S, Aktaş N. Selçuk Üniversitesi öğrencilerinin Akdeniz diyet kalitelerinin değerlendirilmesi. *Bes Diy Derg* 2020;48(3):65-75.
24. Cobo-Cuenca AI, Garrido-Miguel M, Soriano-Cano A, et al. Adherence to the Mediterranean diet and its association with body composition and physical fitness in Spanish university students. *Nutrients* 2019;11(11):2830.
25. Dalgıç GS. Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin Akdeniz diyetine

- uyumunun değerlendirilmesi. İstanbul (Yüksek Lisans Tezi): Okan Üniversitesi; 2018.
25. Theodoridis X, Grammatikopoulou MG, Gkiouras K, et al. Food insecurity and Mediterranean diet adherence among Greek university students. *Nutr Metab Cardiovasc Dis* 2018;28(5):477-85.
 26. Navarro-González I, López-Nicolás R, Rodríguez-Tadeo A, et al. Adherence to the Mediterranean diet by nursing students of Murcia (Spain). *Nutricion Hospitalaria* 2014;30(1):165-72.
 27. Baydemir C, Özgür EG, Balci S. Evaluation of adherence to Mediterranean diet in medical students at Kocaeli University, Turkey. *J Int Med Res* 2018;46(4):1585-94.
 28. Fiore M, Ledda C, Rapisarda V, et al. Medical school fails to improve Mediterranean diet adherence among medical students. *Eur J Public Health* 2015;25(6):1019-23.
 29. Madencioğlu S. Yakın Doęu Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü öğrencilerinin Akdeniz diyetine uyumlarının belirlenmesi üzerine bir araştırma. Lefkoşa (Yüksek Lisans Tezi): Yakın Doęu Üniversitesi;2015.
 30. Nikolajuk P, Zujko K, Zujko K, et al. Assessment of the knowledge and application of the Mediterranean diet among students of dietetics. *Prog Health Sci* 2018;8(2):40.