

ANKARA İLİNDE FARKLI SOSYO- EKONOMİK DÜZEYLERDE YAŞAYAN ÇALIŞAN VE ÇALIŞMAYAN KADINLARIN YEMEK PLANLAMA KONUSUNDAKİ TUTUM VE DAVRANIŞLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

Uzm. Dyt. Sevin UĞUR*, Araş.Gör. Çiğdem Tuba GÜNEBAK**,
Prof.Dr. Türkan Kutluay MERDOL**

ÖZET

Bu çalışma, farklı sosyo-ekonomik düzeylerde yaşayan çalışan ve çalışmayan kadınların yemek planlama konusundaki tutum ve davranışlarını değerlendirmek amacı ile planlanıp yürütülmüştür. Araştırma, 500 çalışan ve 500 çalışmayan olmak üzere, 21-50 yaş grubundan rastgele seçilen 1000 evli kadın üzerinde yapılmıştır. Araştırmaya alınan kadınlara yemek planlama konusundaki, tutum ve davranışlarını ortaya çıkaracak bir anket uygulanmıştır. Verilerin istatistiksel değerlendirmesi; yüzde değerlerinin hesaplanması ve basit korelasyon analizleri ile yapılmıştır. Sonuçlar değerlendirildiğinde araştırmaya katılan çalışan kadınların, çalışmayan kadınlara göre daha yüksek eğitim düzeyine sahip olduğu; eğitim düzeyi arttıkça, gazetelerde ve dergilerde beslenme hakkında çıkan yazıların okunmasının arttığı (çalışan ve çalışmayan kadınlarda sırasıyla %31.2 ve %25.6) belirlenmiştir. Sosyo-ekonomik düzey arttıkça, hazır yiyeceklerin tüketilme durumu da artmaktadır (sırasıyla %63.6, %36.2). Evinde yemek çeşidine her zaman kendisi karar veren kadınların yüzdesi %72.5'dir ve bu oran kadının çalışıp çalışmaması ile önemli bir fark göstermemektedir (çalışan ve çalışmayan kadınlarda sırasıyla %74.6 ve %7.4). Evinde pişirilecek yemek çeşidine günlük olarak karar veren kadınların oranı %60.7'dir. Çalışan ve çalışmayan kadınların ailelerinin akşam yemeklerinde birlikte sofraya oturma durumlarına bakıldığında, sırasıyla, %95.6'sı ve %88.0'ının hafta içi her gün; %94.4'ünün (her iki grupta da) hafta sonu her gün aileleri ile sofraya birlikte oturdukları belirlenmiştir. Çalışan kadınların %39.7'sinin, çalışmayan kadınların %16.3'ünün

besin (anket kapsamında sorulan besinler; süt, yoğurt, peynir, et, tavuk, balık, yumurta, kurubaklagil, sebze, meyve, pirinç, makarna, un) alışverişini eşleriyle birlikte yaptıkları saptanmıştır. Çalışan ve çalışmayan kadınların bir kısmının evlerinde ekme kapıcılar tarafından satın alınmaktadır (sırasıyla %26.8 ve %19.8). Çalışan kadınların %45.2'si, çalışmayan kadınların %34'ü alışveriş için liste hazırlamaktadır. Kadınlar alışverişlerini çoğunlukla marketlerden yapmaktadır (sırasıyla %64.4 ve %43.3). Kadınlar günde en çok 2 - 3 saatlerini yemek hazırlama ve pişirme için harcadıklarını belirtmişlerdir (her iki grupta sırasıyla %64.4 ve %48.8). Çalışan kadınların %54.4'ü, çalışmayan kadınların ise %30.4'ü ayda bir kez aileleri ile ev dışında yemeğe çıkmaktadır. Ailelerin bir kısmı on beş günde bir evlerine dışarıdan yemek getirtmektedir (sırasıyla %43.6 ve %28.8). Bulgular, kadının çalışma durumunun ve sosyo - ekonomik düzeyinin yemek planlama tutum ve davranışlarını etkilediğini göstermektedir.

Anahtar Sözcükler: Beslenme, yemek planlama, sosyo - ekonomik düzey, tutum, davranış.

ABSTRACT

The Evaluation of the Attitude and Behaviours of Working and Non - Working Women about Meal Planning Living in Different Socio - Economic Status

The objective of this study is to evaluate the meal planning attitude and behaviours of working and non-working women living in different socio-economic status. This study has been conducted by random sampling on 500 working and 500 non-working women between the ages of 21-50 years, living in Ankara. A questionnaire was applied to these women and the statistical analyzes were

* Beslenme ve Diyet Uzmanı, İstanbul

** Hacettepe Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Ankara

done by % (percent) values and correlation analysis. The results show that the education level of working women is higher than the non-working women and as the education level increases, reading the articles about nutrition in newspapers and magazines increases (It is 31.2% and 25.6% in working and non-working women respectively). The higher the socio-economic status, the greater the use of convenient foods. The percentage of women deciding on the type of food to be served for the meals is 72.5% and this percentage is higher in working women. The percentage of women who are deciding meal types in daily basis is 60.7%. Most of the families eat their dinner together with their family members at weekdays (working 95.6 % and non-working 88.0 % respectively). This ratio is over 94.4% at weekends for both groups. It was found that 39.7% of the working women and 16.3% of non-working women were going to food shopping (milk, yoghurt, cheese, meat, chicken, fish, egg, legumes, vegetables, fruit, rice, pasta, flour) with their husbands. In the families of both working and non-working women, the bread is bought by the door keepers with the percentages of 26.8% and 19.8% respectively. The percentages of the working and non-working women making a list for food shopping and buying the food from market are 45.2%, 34% and 64.4%, 43.3%, respectively. Mostly women at both groups are allocating 2 to 3 hours per day of their time for food preparing and cooking. The percentages of the families going out for dinner once a month are 54.4% and 30.4% for working and non-working women. Some of the families order meals from the restaurants, having delivery systems twice a month (It is 43.6% and 28.8% respectively). The findings show that the working situation and socio-economic status of women effect their attitude and behaviour about meal planning.

Key Words : Nutrition, meal planning, socio - economic status, attitude, behaviour.

GİRİŞ

Genellikle etnik, ulusal ya da bölgesel yemek yeme biçimleri, kültürlerin sahip olduğu, kendi doğasında bulunan besinlere bağlıdır. Benzer besin kaynaklarının farklı kültürlerde farklı

hazırladığı ve pişirildiği görülmektedir. Ancak, küreselleşmenin etkisiyle, bugün ülkeler arasındaki beslenme farklılıkları giderek azalmakta, toplumlar daha fazla hazır besin tüketme yoluna gitmektedirler. Sosyal alışkanlıklar da insanların yeme alışkanlıkları üzerinde etkilidir. Tüm toplumlarda ortaklaşa davranış kategorileri bulunmakla birlikte, bu davranışların biçimleri, bir toplumdaki diğerine değişir. Bu, kültürün temelidir. Tercih olanağı olduğu zaman neyin seçildiği, ne biçimde sağlandığı, nasıl pişirildiği, nasıl, ne zaman ve nerede yendiği içinde bulunan toplumsal grubunun alışkanlıklarına göre değişir. Toplumun dini inançları, devletin ekonomik yapısı ve politikaları da yemek alışkanlıklarını etkileyen diğer önemli faktörlerdir (1-3).

Yemek alışkanlıklarındaki farklılıklar; yenilen ve içilen besinlerin farklılıkları; besinlerin renk, şekil ve lezzet farklılıkları; besin hazırlama ve pişirme şekilleri; öğün sayısı, saati, örüntüsü; sevilen tatlar; besinin servis şekli; kullanılan araç ve gereçler; besinlerle ilgili inanışlar; bebek beslenmesi; gebelik ve emzilikte beslenme uygulamaları; hastalıklarda beslenme uygulamaları olarak özetlenebilir (4).

Ailelerin yemek yeme ile ilgili davranışlarında yemeğe temel teşkil edecek besinlerin satın alınması önemli bir yer tutar. Yemek yeme olgusunun başlaması için hangi yemeğin pişirileceği, hangi besinin satın alınacağı ve bu alışverişi kimin yapacağı aileler için önemli bir sorundur. Diğer önemli sorun da yemeği kimin hazırlayacağı ve pişireceğidir. Kadının çalıştığı durumlarda ailenin diğer üyelerinin bu işi paylaşması beklenir. Ülkemizde yemek hazırlama ve pişirme işlemi kadına özgü bir davranış olarak değerlendirilmektedir. Bu araştırma, yemek planlama, hazırlama ve pişirmede ailelerin nasıl bir tutum ve davranış geliştirdiği ve bu durumun kadının çalışıyor olup olmaması ile etkilenip etkilenmediğini ortaya koymak amacı ile planlanıp yürütülmüştür.

ARAŞTIRMA YÖNYEMİ VE ARAÇLARI

Araştırma, Ankara ilinde farklı sosyo-ekonomik düzeylerde yaşayan, 500 çalışan ve 500 çalışmayan olmak üzere, 21-50 yaş grubundan rastgele örnekleme seçilen 1000 evli kadın üzerinde yürütülmüştür. Çalışan ve çalışmayan kadınların yemek planlama konusundaki tutum ve davranışlarını ortaya çıkarmak üzere bir anket uygulanmıştır. Ankette beslenme ile ilgili işleri kimin planladığı, bu işleri kimin yürüttüğü, besinlerin kim/kimler tarafından, nerelerden, ne sıklıkta satın alındığı, alış-veriş için liste hazırlanıp, hazırlanmadığı, evde yemeği kimin pişirdiği, evde pişirilecek yemek çeşidine kim/kimlerin karar verdiği, kadının yemek hazırlığı ve pişirilmesine günlük ortalama ne kadar süre ayırdığı, evde hangi ürünlerin yapıldığı, yemek çeşitlerinin hangi sıklıkta pişirildiği, hazır

yemek tüketim durumu gibi sorular yer almaktadır.

Verilerin istatistiksel değerlendirmesi; yüzde değerlerinin hesaplanması ve basit korelasyon analizleri ile yapılmıştır. Araştırmaya katılan kadınların yaş ile öğün atlama durumları; eğitim durumları ile gazetelerde-dergilerde beslenme hakkında çıkan yazıların okunması; eğitim durumları ile alışveriş listeleri hazırlamaları; sosyo-ekonomik durumları ile hazır yiyecekleri tüketme durumları; eğitim durumları ile kızartma yöntemini kullanmaları arasındaki ilişkilerin yönü ve gücü incelenmiştir.

BULGULAR

Araştırmamıza katılan 1000 evli kadının yaş, eğitim, meslek ve sosyo-ekonomik düzeyi Tablo 1'de gösterilmiştir. Aritmetik yaş ortalaması

Tablo 1. Kadınların Sosyo-ekonomik Düzeyleri, Eğitim ve Meslek Durumlarına Göre Dağılımı

	Çalışan		Çalışmayan		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
Yaş grupları (yıl)						
21-30	82	16.4	80	16.0	162	16.2
31-40	219	43.8	160	32.0	379	37.9
41-50	199	39.8	260	52.0	459	45.9
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0
Sosyo-ekonomik Düzey						
Düşük	194	38.8	100	20.0	294	29.4
Orta	241	48.2	375	75.0	616	61.6
Yüksek	65	13.0	25	5.0	90	9.0
	500	100.0	500	100.0	1000	100.0
Eğitim Durumu						
Okur-yazar değil	9	1.8	14	2.8	23	2.3
Okur-yazar	7	1.4	41	8.2	48	4.8
İlkokul mezunu	38	7.6	224	44.8	262	26.2
Ortaokul-lise mezunu	257	51.4	211	42.2	468	46.8
Üniversite mezunu	189	37.8	10	2.0	199	19.9
	500	100.0	500	100.0	1000	100.0
Meslek Durumu						
Çalışmıyor	-	-	500	100.0	500	100.0
İşçi	45	9.0	-	-	45	4.5
Memur	359	71.8	-	-	359	35.9
Sigortasız işçi	32	6.4	-	-	32	3.2
Diğer	64	12.8	-	-	64	6.4
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0

Tablo 2. Kadınların Sabah Kahvaltı Yapma Durumları, Günlük Öğün Sayıları, Öğün Atlama Durumları ve Atladıkları Öğünlere Göre Dağılımı

	Çalışan		Çalışmayan		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
Sabah Kahvaltı Yapma Durumu						
Evet	401	80.2	490	98.0	891	89.1
Hayır	12	2.4	-	-	12	1.2
Bazen	87	17.4	10	2.0	97	9.7
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0
Günlük Öğün Sayısı						
İki	64	12.8	46	9.2	110	11.0
Üç	424	84.8	421	84.2	845	84.5
Dört ve Üzeri	12	2.4	33	6.6	45	4.5
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0
Öğün Atlama Durumu						
Evet	39	7.8	21	4.2	60	6.0
Hayır	261	52.2	407	81.4	668	66.8
Bazen	200	40.0	72	14.4	272	27.2
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0
Atlanan Öğün (*)						
Sabah	6	3.4	6	7.2	12	4.6
Öğle	172	96.6	77	92.8	249	95.4
Akşam	-	-	-	-	-	-
Toplam	178	100.0	83	100.0	261	100.0

(*) Sadece işaretlenmiş şıkları içermektedir.

38.97±7.4 yıl olan kadınların %29.4'ü düşük, %61.6'sı orta, %9.0'ı da yüksek sosyo-ekonomik düzeydedir. Eğitim düzeylerine göre bakıldığında

%46.8'inin ortaokul-lise mezunu, %26.2'sinin ilköğretim mezunu, %19.9'unun üniversite mezunu, %4.8'inin sadece okur-yazar olduğu belirlenmiştir

Tablo 3. Kadınların Sabah Kahvaltısı, Öğle Yemeği ve Akşam Yemeğini Dışarıda Yeme Durumlarına Göre Dağılımı

	Çalışan		Çalışmayan		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
Sabah Kahvaltısını Dışarıda Yeme Durumu						
Çoğunlukla	13	19.4	-	-	13	17.6
Bazen	54	80.6	7	100.0	61	82.4
Toplam	67	100.0	7	100.0	74	100.0
Öğle Kahvaltısını Dışarıda Yeme Durumu						
Çoğunlukla	175	57.0	6	30.0	181	55.3
Bazen	132	43.0	14	70.0	146	44.7
Toplam	307	100.0	20	100.0	327	100.0
Akşam Kahvaltısını Dışarıda Yeme Durumu						
Haftada 1-2 kez	42	27.8	20	29.4	62	28.3
Ayda 1-2 kez	102	67.6	48	70.6	150	68.5
Ayda 3-4 kez	7	4.6	-	-	7	3.2
Toplam	151	100.0	68	100.0	219	100.0

Tablo 4. Sabah Kahvaltıları, Öğle Yemekleri ve Akşam Yemeklerinde Aile Bireylerinin Sofraya Hep Birlikte Oturma Durumlarına Göre Dağılımı

	Çalışan (n=500)		Çalışmayan (n=500)		Toplam (n=1000)	
	S	%	S	%	S	%
Sabah Kalvaltılarında Aile Bireylerinin Sofraya Hep Birlikte Oturma Durumu*						
Hafta İçi, Her Gün	216	43.2	209	41.8	425	42.5
Hafta İçi, Bazen	118	23.6	116	23.2	234	23.4
Hafta Sonu, Her Gün	426	85.2	341	68.2	767	76.7
Hafta Sonu, Bazen	50	10.0	61	12.2	111	11.1
Öğle Kalvaltılarında Aile Bireylerinin Sofraya Hep Birlikte Oturma Durumu*						
Hafta İçi, Her Gün	42	8.4	15	3.0	57	5.7
Hafta İçi, Bazen	154	30.8	45	9.0	199	19.9
Hafta Sonu, Her Gün	261	52.2	218	43.6	479	47.9
Hafta Sonu, Bazen	112	22.4	88	17.6	200	20.0
Akşam Kalvaltılarında Aile Bireylerinin Sofraya Hep Birlikte Oturma Durumu*						
Hafta İçi, Her Gün	478	95.6	440	88.0	918	91.8
Hafta İçi, Bazen	14	2.8	55	11.0	69	6.9
Hafta Sonu, Her Gün	472	94.4	472	94.4	944	94.4
Hafta Sonu, Bazen	10	2.0	23	4.6	33	3.3

*Bir veya daha fazla seçenek yanıtlanmıştır.

olup, %2.3'lük kesiminin ise hiç okuma-yazma bilmediği ortaya çıkmıştır. Çalışan kadınlar meslek gruplarına göre değerlendirildiğinde sırasıyla %71.8'inin memur, %9.0'unun işçi,

%6.4'ünün sigortasız işçi, %12.8'inin ise diğer meslek gruplarına dahil olduğu görülmüştür. Araştırmaya alınan kadınların günlük tükettikleri öğün sayıları değerlendirildiğinde; günde 3 öğün

Tablo 5. Kadınların Evde Aile ile Birlikte Yemek Yeme Şekli ve Yemeklerini Yedikleri Yerlere Göre Dağılımı (n₁ = n₂ : 500, n₁ = 1000)

	Çalışan		Çalışmayan		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
Evde Aile ile Birlikte Yemek Yeme Şekli						
Tek kaptan (Hep beraber)	5	1.0	31	6.2	36	3.6
Ayrı Tabaklarda	493	98.6	462	92.4	955	95.5
Misafir Gelince Ayrı Tabaklarda, Diğer	2	0.4	7	1.4	9	0.9
Zamanlarda Aynı Kaptan						
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0
Evde Yemeğin Yenildiği Yer						
Yer Sofrasında, Odada	35	7.0	127	25.4	162	16.2
Yemek Masasında, Mutfakta	320	64.0	300	60.0	620	62.0
Yemek Masasında, Salonda	138	27.6	58	11.6	196	19.6
Tepsi İçinde, İstenilen Yerde	7	1.4	15	3.0	22	2.2
Diğer	0	0	0	0	0	0
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0

Tablo 6. Kadınların Yiyecekleri Pişirmede Kullandıkları Yakıt/Yakıtlara Göre Dağılımı
($n_1=n_2 : 500, n_1 : 1000$)

	Çalışan		Çalışmayan		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
Yiyecekleri Pişirmede Kullanılan Yakıt/Yakıtlar						
Doğal Gaz	89	17.8	41	8.2	130	13.0
Tüp Gaz	296	59.2	294	58.8	590	59.0
Elektrik	1	0.2	11	2.2	12	1.2
Tüp Gaz ve Elektrik	89	17.8	147	29.4	236	23.6
Doğal Gaz ve Elektrik	18	3.6	7	1.4	25	2.5
Doğal Gaz, Tüp Gaz ve Elektrik	7	1.4	-	-	7	0.7
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0

tüketenlerin diğer yanıtlara göre daha fazla olduğu (%84.5) ve öğün sayısının 3 ve üzeri olduğu durumun orta sosyo-ekonomik düzeyde yaşayan kadınlarda daha yaygın olduğu dikkat

çekmektedir (Tablo 2). Kadınların sadece %27.2'sinin bazen öğün atladığı saptanmıştır. Öğün atlama durumu özellikle düşük ve orta sosyo-ekonomik düzeydeki kadınlarda daha

Tablo 7. Evde Yemeği Pişiren Kişilerin Yemek Pişirme Durumlarına Göre Dağılımı

	Çalışan		Çalışmayan		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
Evin Hanımının Evde Yemek Pişirme Durumu						
Her Gün Pişiriyor	377	75.4	391	78.2	768	76.8
Bazen Pişiriyor	113	22.6	108	21.6	221	22.1
Yanıt Yok	10	2.0	1	0.2	11	1.1
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0
Evde Yemeği Yardımcı Bir Kadının Pişirme Durumu						
Her Gün Pişiriyor	10	2.0	-	-	10	1.0
Bazen Pişiriyor	43	8.6	5	1.0	48	4.8
Yanıt Yok	447	89.4	495	99.0	942	94.2
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0
Evde Yemeği Evin Kızının/Kızlarının Pişirme Durumu						
Bazen Pişiriyor	70	14.0	88	17.6	158	15.8
Yanıt Yok	430	86.0	412	82.4	842	84.2
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0
Evde Yemeği Anneanneninin/Babaanneninin Pişirme Durumu						
Bazen Pişiriyor	-	-	17	3.4	17	1.7
Yanıt Yok	500	100.0	483	96.6	983	98.3
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0
Evde Yemeği Diğer Kişilerin Pişirme Durumu						
Her Gün Pişiriyor	2	0.4	4	0.8	6	0.6
Yanıt Yok	498	99.6	496	99.2	994	99.4
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0

Tablo 8. Evde Pişirilecek Yemek Çeşidine Karar Veren Kişilerin Karar Verme Durumlarına Göre Dağılımı

	Çalışan		Çalışmayan		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
Evin Hanımının Pişirilecek Yemek Çeşidine Karar Verme Durumu						
Her Gün Karar Veriyor	373	74.6	352	70.4	725	72.5
Bazen Karar Veriyor	43	8.6	86	17.2	129	12.9
Yanıt Yok	84	16.8	62	12.4	146	14.6
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0
Evin Erkeğinin Pişirilecek Yemek Çeşidine Karar Verme Durumu						
Her Gün Karar Veriyor	1	0.2	-	-	1	0.1
Bazen Karar Veriyor	1	0.2	-	-	1	0.1
Yanıt Yok	498	99.6	500	100.0	998	99.8
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0
Evin Hanımı ve Erkeğinin Pişirilecek Yemek Çeşidine Birlikte Karar Verme Durumu						
Her Gün Karar Veriyor	11	2.2	18	3.6	29	2.9
Bazen Karar Veriyor	40	8.0	15	3.0	55	5.5
Yanıt Yok	449	89.8	467	93.4	916	91.6
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0
Evde Yardımcı Kadının Pişireceği Yemek Çeşidine Karar Verme Durumu						
Her Gün Karar Veriyor	10	2.0	7	1.4	17	1.7
Bazen Karar Veriyor	13	2.6	15	3.0	28	2.8
Yanıt Yok	477	95.4	478	95.6	955	95.5
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0
Evde Anneanneninin/Babaanneninin Pişireceği Yemek Çeşidine Karar Verme Durumu						
Her Gün Karar Veriyor	1	0.1	-	-	1	0.1
Bazen Karar Veriyor	1	0.1	-	-	1	0.1
Yanıt Yok	498	99.8	500	100.0	998	99.8
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0
Aile Fertlerinin Pişirecek Yemek Çeşidine Hep Birlikte Karar Verme Durumu						
Her Gün Birlikte Veriliyor	29	5.8	26	5.2	55	5.5
Bazen Birlikte Karar Veriliyor	38	7.6	76	15.2	114	11.4
Yanıt Yok	433	86.6	398	79.6	831	83.1
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0

fazladır. Çalışma kapsamındaki kadınların yaşları ile öğün atlama arasında negatif bir ilişki vardır ($r = -0.00005$). Yaş arttıkça öğün atlama durumu azalmaktadır. Kadınların %4.6'sının sabah öğünlerini, %95.4'ünün öğle öğünlerini atladıkları

görülmüştür. Akşam öğünlerini atlayan kadın bulunmamaktadır.

Çalışma kapsamındaki kadınlar yemeklerini dışarıda yeme durumlarına göre değerlendirildiğinde, her üç öğün için de dışarıda

Tablo 9. Evde Hasta Kişi Bulunma Durumu, Hastalıkları ve Özel Yemek Alma Durumlarına Göre Dağılımı (n₁=n₂:500, n₃:1000)

	Çalışan		Çalışmayan		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
Evde Hasta Kişi Bulunma Durumu						
Var	38	7.6	90	18.0	128	12.8
Yok	462	92.4	410	82.0	872	87.2
Toplam	500	100.0	500	100.0	500	100.0
Ailelerindeki Hasta Kişilerin Hastalıkları						
Diabet/Şeker Hastalığı	-	-	3	3.4	3	2.3
Kalp ve Damar Hastalıkları	28	73.8	52	57.8	80	62.5
Kanser	3	7.8	22	24.4	25	19.5
Diğer Hastalıklar	7	18.4	13	14.4	20	15.7
Toplam	38	100.0	90	100.0	128	100.0
Ailede Özel Yemek Alması Gereken Kişinin Bulunması ve Yemeklerinin Ayrı Hazırlanma Durumu						
Ailede Özel Yemek Gereken Kişi Var ve Yemekleri Tamamen Ayrı Hazırlanıyor	2	0.4	9	1.8	11	1.1
Ailede Özel Yemek Alınması Gereken Kişi Var ve Yemekleri Bazen Ayrı Hazırlanıyor	10	2.0	34	6.8	44	4.4
Ailede Özel Yemek Alması Gereken Kişi Var Ancak Aynı Yemekleri Yiyor	17	3.4	39	7.8	56	5.6
Ailede Özel Yemek Alması Gereken Kişi Yok	471	94.2	418	83.6	889	88.9
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0

yenilen yemek, çalışan kadınlarda çalışmayanlara göre daha yüksek bulunmuştur. En çok dışarıda yenilen öğün ise öğle yemeğidir (Tablo 3).

Çalışan ve çalışmayan kadınların ailelerinin sabah kahvaltıları, öğle yemekleri ve akşam yemeklerinde birlikte sofraya oturma durumlarına bakıldığında sırasıyla (öğünlere göre) %42.5'inin, %5.7'sinin, %91.8'inin hafta içi her gün; yine sırasıyla %76.7'sinin, %47.9'unun, %94.4'ünün hafta sonu her gün aileleri ile öğünlerini bir arada tükettikleri saptanmıştır (Tablo 4).

Ankete katılan 1000 evli kadının %3.6'sı evde yemeklerini aile bireyleri ile birlikte tek kaptan yerken; %95.5'i yemeklerini ayrı tabaklardan yemektedir. Çalışmayan kadınların yer sofrasında yemek yemeleri, çalışanlara göre oldukça fazladır (sırasıyla %25.4, %7.0) (Tablo 5).

Aileler arasında yiyeceklerin pişirilmesinde kullanılan yakıtlar farklılık göstermektedir (% 13.0'ı doğalgaz, %59.0'ı tüp gaz, %1.2'si elektrik gibi) (Tablo 6).

Tablo 10. Evde Pişirilecek Yemeğin Çeşidine Karar Verilen Zamana Göre Dağılımı

	Çalışan		Çalışmayan	
	S	%	S	%
Evde Pişirilecek Yemeğin Çeşidine Karar Verilen Zaman (*)				
Günlük	291	58.2	316	63.2
Bir Gün Önceden	186	37.2	178	35.6
3-4 Günde Bir	5	1.0	6	1.2
Haftalık	11	2.2	418	83.6

(*) Birden az veya çok şıkla yanıtlanmıştır.

Tablo 11. Kadınların Evlerinde Kullandıkları Tencerelerin Cinslerine Göre Dağılımı

	Çalışan		Çalışmayan	
	S	%	S	%
Evde Kullanılan Tencerenin Cinsi (*)				
Alüminyum	25	5.0	84	16.8
Bakır	6	1.2	6	1.2
Çelik	488	97.6	496	99.2
Cam	150	30.0	76	15.2
Teflon	245	49.0	209	24.1

(*) Birden çok şıkla yanıtlanmıştır.

Tablo 12. Kadınların Evlerinde Alış-Veriş İçin Liste Hazırlanma Durumuna Göre Dağılımı

	Çalışan		Çalışmayan		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
Alışveriş İçin Liste Hazırlama Durumu						
Evet	226	45.2	170	34.0	396	39.6
Hayır	47	9.4	127	25.4	174	17.4
Bazen	227	45.4	203	40.6	430	43.0
Toplam	500	100.0	500	100.0	1000	100.0

Çalışmaya katılan 1000 kadından % 76.8'i evde yemeği her gün kendisinin pişirdiğini ifade etmiştir. Orta sosyo - ekonomik düzeyde her gün yemeği kendi pişirenlerin, diğer sosyo - ekonomik düzeylere göre fazla olduğu görülmüştür. Kadınların % 72.5'i evinde yemek çeşidine her gün kendisi karar vermekte olup, bu kadınlar arasında 41 - 50 yaş grubu olanlar, orta sosyo - ekonomik düzeyde yaşayanlar ve çalışan kadınlar fazla olarak gözlenmiştir (Tablo 7).

Çalışan ve çalışmayan kadınların çoğunluğunun (sırasıyla %74.6 ve %70.4) evlerinde pişirilecek yemek çeşidine her gün evin hanımı karar vermektedir. Diğer bireylerin pişirilecek yemek çeşidine karar verme durumlarına ilişkin sorulara yanıt verilmemiştir (Tablo 8).

Çalışan ve çalışmayan kadınlar evlerinde hasta kişi bulunma durumlarına göre değerlendirildiğinde; % 12.8 oranında kadının evinde hasta kişi bulunmakta olup (kalp ve damar hastalıkları % 62.5, kanser %19.5, diabet / şeker hastalığı %2.3, diğer hastalıklar %15.7), bu kadınların çoğunlukla 41 - 50 yaş grubunda ve orta sosyo-ekonomik düzeyde olduğu görülmüştür. Ailesinde özel yemek alması

gereken kişinin bulunmadığını söyleyen kadınların oranı %88.9'dur. Bunlar arasında çalışan kadınlar fazladır. Evinde özel yemek alması gereken kişi olup, yemekleri ayrı hazırlanmayanların oranı %5.6'dır (Tablo 9).

Çalışan kadınların büyük bir çoğunluğu evde pişirilecek yemek çeşidine günlük olarak karar verirken (%58.2), çalışmayan kadınların çoğunluğu haftalık karar vermektedir (%45.5) (Tablo 10).

Çalışan ve çalışmayan kadınların yemek pişirmede genellikle çelik tencere kullandıkları belirlenmiştir (sırasıyla %97.6 ve %99.2) (Tablo 11).

Çalışan kadınların %39.7'si besin (anket kapsamında sorulan besinler; süt, yoğurt, peynir, et, tavuk, balık, yumurta, kurubaklagil, sebze, meyve, pirinç, makarna, un) alışverişini eşleriyle birlikte yapmaktadır. Çalışan ve çalışmayan kadınların bazılarının evlerinde ekmek kapıcılar tarafından satın alınmaktadır (sırasıyla %26.8 ve % 19.8). Çalışan kadınların % 45.2'si, çalışmayan kadınların ise % 34.0'ı alışveriş için liste hazırlamaktadır. Çalışan kadınların %64.4'ü,

Tablo 13. Kadınların Yemek Hazırlığı ve Pişirilmesine Ayırdığı Günlük Ortalama Süreler, Ailece Ev Dışında Yemeğe Çıkma Sıklığı, Eve Dışarıdan Yemek Getirtme Durumu ve Sıklığına Göre Dağılımı

	Çalışan (n=500)		Çalışmayan (n=500)	
	S	%	S	%
Kadının Yemek Hazırlığı ve Pişirilmesine Ayırdığı Günlük Ortalama Süre *				
1 saatten az	3	0.6	6	1.2
1-2 saat arası (saat dahil, 2 saat hariç)	106	21.2	165	33.0
2-3 saat arası (2 saat dahil, 3 saat hariç)	414	82.8	249	49.8
3 saat ve üzeri	120	24.0	90	18.0
Ailece Ev Dışında Yemeğe Çıkma Sıklığı				
Haftada 2-3 kez	8	1.6	16	3.2
Haftada 1 kez	57	11.4	14	2.8
Ayda 1 kez	272	54.4	152	30.4
Yılda 1 kez	66	13.2	57	11.4
Hiç	97	19.4	261	52.2
Toplam	500	100.0	500	100.0
Eve Dışarıdan Yemek Getirilmesi Durumu				
Evet, Eve Dışarıdan Yemek Getirtiliyor	13	2.6	2	0.4
Hayır, Eve Dışarıdan Yemek Getirtilmiyor	163	32.6	271	54.2
Bazen Eve Dışarıdan Yemek Getirtiliyor	238	47.6	139	27.8
İçeriden Hazırlanıp, Dışarıda Yapılmak Suretiyle, Eve Dışarıdan Yemek Getirtiliyor	86	17.2	88	17.6
Toplam	500	100.0	500	100.0
Eve Dışarıdan Yemek Getirilmesi Sıklığı				
Her gün	-	-	-	-
Haftada 1-2 kez	17	4.7	-	-
Haftada 1 kez	46	12.8	22	9.4
15 Günde 1 kez	157	43.6	67	28.8
Ayda 1 kez	123	34.2	111	47.6
Yılda 1 kez	17	4.7	33	14.2
Toplam	500	100.0	500	100.0

(*) Birden çok şıkka cevap verilmiştir.

çalışmayan kadınların %43.3'ü besinlerin çoğunu marketten satın almaktadır. Çalışma kapsamında ki kadınlara evlerinde besinleri satın alma sıklıkları sorulduğunda; süt ve ekmek için "günlük" (%54.1 ve %100); yoğurt, peynir, et, yumurta, sebze, meyve için "haftalık" (sırasıyla %47.2, %67.2, %38.7, %47.7, %97.5, %96.8); tavuk ve balık için "15 günde bir" (%41.8 ve %31.5); un için "aylık" (%46.2); kurubaklagiller ve pirinç için "yıllık" (%43.6 ve %39.2); makarna için ise "ihtiyaç duydukça" (%34.4) yanıtını vermişlerdir.

Hem çalışan hem de çalışmayan kadınların

çoğunluğu (sırasıyla %45.4 ve %40.6) bazen alışveriş için liste hazırladıklarını belirtmişlerdir (Tablo 12). Kadınların eğitim durumları ile alışveriş listeleri hazırlamaları arasında negatif bir ilişki olduğu saptanmıştır ($r = -0.0002$). Kadınların eğitim durumu arttıkça, daha az oranlarda alışveriş listesi düzenlenmektedir.

Araştırmamıza katılan kadınların pişirme yöntemi olarak; yağda kavurma, kızartma, haşlama, fırınlama yöntemlerini haftada 1 - 2 kez (sırasıyla %43.5, 53.8; %52.8, %74.6; %70.2, %61.0 ve %66.6, %52.0) , ızgara etme yöntemini (sırasıyla

%44.5, %55.3) ise ayda 1 - 2 kez kullandıkları saptanmıştır. Kadınların eğitim durumları arttıkça daha fazla oranda kızartma pişirme yöntemi kullanılmaktadır ($r = 0.00065$). Çalışan kadınlarda reçel - marmelat, peynir, kurutulmuş gıdaların yapımı, çalışmayanlara göre beklenenden daha fazla bulunmuştur.

Çalışma kapsamındaki kadınların evlerinde yemek çeşitlerinin tüketilme sıklıklarına göre dağılımları incelendiğinde; çorba, salata, yoğurt ve meyveyi her gün (sırasıyla %46.8, %55.0, %66.5 ve %82.7); köfte, et, vb, etli sebze yemekleri, pilav, makarna, börek, sütlü tatlılar ve kızartmaları haftada 2 - 3 kez (sırasıyla %54.0, %46.1, %60.1, %32.2, %34.3 ve %35.0); zeytinyağlı sebze yemekleri ve etli kurubaklagil yemeklerini haftada 1 kez (sırasıyla %40.4 ve %49.1); zeytinyağlı kurubaklagil yemeklerini ve hamur tatlılarını 15 günde 1 kez (%34.8 ve %28.2); hamburger, pizza, vb yiyecekleri ise hiç tüketmedikleri (%48.4) belirlenmiştir. Çalışan ve çalışmayan kadınların ailelerinde %95.0 oranında evde öğün saatleri bakımından, %55.4 oranında yemek çeşitleri yönünden (daha çok çeşit var), hazır gıdaları tüketme bakımından hafta sonu, hafta içinden (daha az tüketiliyor) farklılık göstermektedir. Kadınların sosyo - ekonomik durumları ile hazır yiyecekleri tüketmeleri arasında pozitif bir ilişki bulunmaktadır ($r = 0.00023$). Sosyo - ekonomik düzey arttıkça, hazır yiyeceklerin tüketilme durumu da artmaktadır.

Kadınların oturdukları evin kira veya kendilerine ait olma durumlarına göre dağılımları incelendiğinde, her iki grupta da %70.0'inden fazlasının kirada oturduğu belirlenmiştir.

Kadınların eğitimi ile gazetelerde - dergilerde beslenme hakkında çıkan yazıların okunması arasında pozitif yönde bir ilişki vardır ($r = 0.00009$). Eğitim düzeyi arttıkça, gazetelerde - dergilerde beslenme hakkında çıkan yazıların okunması da artmaktadır.

TARTIŞMA

Batı toplumlarında ev kadınları ve diğer gruplar üzerinde yürütülen çalışmalarda beslenme bilgi

düzeyi açısından üç grup ortaya çıkmıştır; (i) genellikle yüksek düzeyde iddia edilen ya da algılanan beslenme bilgisi, (ii) daha düşük düzeyde doğru bilgi, (iii) sık sık doğru bilginin yetersiz ve tatmin edici olmayan düzeyde uygulanması (5).

Çalışmaya katılan bireylerin yaş ortalaması 38.97 7.4 yıldır. Bireylerin %29.4'ü düşük, %61.6'sı orta, %9.0'ı da yüksek sosyo-ekonomik düzeydedir. Sosyo-ekonomik düzey ile kadınların beslenme durumları arasındaki ilişki birkaç nedenden ötürü önemlidir. Öncelikle, kadınların beslenme durumları erkeklerinkinden nicelik ve nitelik açısından farklıdır. Örneğin, kadınların diyetleri beslenme rehberleri ile daha tutarlıdır. Daha sağlıklı olduğu düşünülen besinleri satın alırlar, hazırlarlar, pişirirler ve tüketirler. Buna ek olarak, hane halkında, besinin temin edilmesinden de kadın sorumludur. Bu nedenle, kadın sadece kendi beslenmesinden değil, ailesindeki diğer bireylerin beslenmesinden de sorumludur. Beslenmeye etki eden bireysel faktörlerin; tat duyusu, bilgi, inanışlar, değerler ve kişisel özellikler olduğu bildirilmiştir. Yapılan çalışmalarda, beslenme bilgisinin, besin tercihlerinin, kaliteli ve uygun fiyatlı besine ulaşabilme durumunun sosyo-ekonomik düzey ile doğru orantılı olarak değiştiği rapor edilmiştir (6).

Eğitim düzeylerine göre bakıldığında %46.8'inin ortaokul-lise mezunu, %26.2'sinin ilkökul mezunu, %19.9'unun üniversite mezunu, %4.8'inin sadece okur-yazar olduğu belirlenmiş olup, %2.3'lük kesiminin ise hiç okuma-yazma bilmediği ortaya çıkmıştır (Tablo 1). Elbon ve ark(7). 60 ve üzeri yaş grubundaki Kafkas kadınlar üzerinde yürüttükleri çalışmanın sonucunda yaş ve eğitim düzeyinin beslenme bilgi düzeyini etkilediğini saptamışlardır.

Araştırmaya alınan kadınların günlük tükettikleri öğün sayıları değerlendirildiğinde; günde 3 öğün tüketenlerin diğer yanıtlara göre daha fazla olduğu (%84.5) saptanmıştır (Tablo 2).

Kadınların sadece %27.2'sinin bazen öğün atladığı saptanmıştır. Öğün atlama durumu özellikle düşük ve orta sosyo-ekonomik düzeydeki

kadınlarda daha fazladır. Çalışma kapsamındaki kadınların yaşları ile öğün atlama arasında negatif bir ilişki vardır ($r = -0.00005$).

Ülkenin başkentinde ve merkezde yaşanılmasına rağmen kadın-erkek birlikte çalışan ailelerde, dışarıda yemek yemek ya da dışarıdan eve yemek getirmek henüz sanayileşmiş batılı ülkelerdeki gibi yaygın bir uygulama olmaktan çok uzaktır. Aile reisi olarak algılanan erkek de yemek hazırlama ve pişirmede eşi çalışıyor da olsa yardımcı olmamaktadır. Türkiye'de çalışan kadının ev işlerinde yardımcı kadın kullanma durumu da oldukça düşüktür. Çalışmaya katılan 1000 kadından %76.8'i evde yemeği her gün kendisinin pişirdiğini ifade etmiştir. Orta sosyo - ekonomik düzeyde her gün yemeği kendi pişirenlerin, diğer sosyo - ekonomik düzeylere göre fazla olduğu görülmüştür (Tablo 7). Çalışan ve çalışmayan kadınların çoğunluğunun (sırasıyla %74.6 ve %70.4) evlerinde pişirilecek yemek çeşidine her gün evin hanımı karar vermektedir (Tablo 8). Üç nesil kadın; anneanne, kızı ve torunu arasındaki beslenme bilgi ve uygulamalarındaki benzerlikleri ve farklılıkları belirlemek amacıyla 615 kadın üzerinde yapılan çalışmanın sonucunda, üç nesil kadın arasında beslenme alışkanlıkları ve beslenme bilgi düzeyi açısından istatistiksel olarak önemli farklılıklar olduğu saptanmıştır. Anneannelerde öğün atlama oranı %16.1 iken kızları ve torunlarında sırasıyla %26.8 ve %43.9 olduğu belirlenmiştir. Ara öğünlerde tüketilen besin türleri gruplar arasında farklı bulunmuştur ($p=0.00$). Anneannelerin %9.7'si, kızların %0.5'i, torunların ise %34.1'inin yemek pişirmediği saptanmıştır ($p=0.00$) (8).

Araştırmada dikkati çeken bir diğer nokta da çalışan ve çalışmayan ailelerin ortalama %42.5'inin hafta içi hergün sabah kahvaltısını aile bireyleri ile birlikte tüketmeleridir. Aileler büyük çoğunlukta akşam öğünlerini de birlikte tüketmektedir (%91.8 hafta içi, %94.4 hafta sonu).

Çalışan kadınların büyük bir çoğunluğu evde pişirilecek yemek çeşidine günlük olarak karar verirken (%58.2), çalışmayan kadınların çoğun-

luğu haftalık karar vermektedir (%45.5) (Tablo 10).

Hem çalışan hem de çalışmayan kadınların çoğunluğu (sırasıyla %45.4 ve %40.6) bazen alışveriş için liste hazırladıklarını belirtmişlerdir (Tablo 12). Kadınların eğitim durumları ile alışveriş listeleri hazırlamaları arasında negatif bir ilişki olduğu saptanmıştır ($r = -0.0002$).

Çalışmaya katılan kadınların sosyo-ekonomik durumları ile hazır yiyecekleri tüketmeleri arasında pozitif bir ilişki bulunmaktadır ($r = 0.00023$). Sosyo-ekonomik düzey arttıkça, hazır yiyeceklerin tüketilme durumunun da arttığı belirlenmiştir. Benzer şekilde, Arıkan ile Şanlıer de Ankara ilinde farklı sosyo-ekonomik düzeydeki semtlerde yaşayan kadınların dondurulmuş besinleri saklama, kullanma ve evde besinleri dondurarak saklama durumlarının saptanması amacıyla 606 kadın üzerinde yürüttükleri çalışmanın sonucunda; dondurulmuş hazır besinleri en çok yüksek sosyo-ekonomik düzeydeki kadınların kullandığını, bu besinleri kullanma şekilleri, saklama yeri, ısı ve süresi konusunda bilinçli olduklarını, düşük sosyo-ekonomik düzeydeki kadınların ise hem dondurulmuş besinleri kullanmadıkları hem de yapmadıkları, dolayısıyla bilgilerinin yetersiz olduğunu saptamışlardır (9).

Şanlıer ve Yabancı(10), Mart-Mayıs 2002 tarihleri arasında 117 erkek, 105 kadın toplam 222 çalışan bireyle karşılıklı görüşme yöntemi ile yürüttükleri çalışmanın sonucunda çalışan bireylerin büyük kısmının günde en az bir öğünlerini ev dışında fast food türü beslenme ile geçtirdiklerini saptamışlardır.

Araştırmamıza katılan kadınların pişirme yöntemi olarak; yağda kavurma, kızartma, haşlama, fırınlama yöntemlerini haftada 1 - 2 kez (sırasıyla %43.5, 53.8; %52.8, %74.6; %70.2, %61.0 ve %66.6, %52.0) , ızgara etme yöntemini (sırasıyla %44.5, %55.3) ise ayda 1-2 kez kullandıkları saptanmıştır. Kadınların eğitim durumları arttıkça daha fazla oranda kızartma pişirme yöntemi kullanılmaktadır ($r = 0.00065$).

Kadınların eğitimi ile gazetelerde-dergilerde beslenme hakkında çıkan yazıların okunması arasında pozitif yönde ilişki olduğu saptanmıştır ($r = 0.00009$).

Günümüzde teknolojideki ilerlemeler, bireylerin eğitim düzeylerinin yükselmesi ve yaşam koşullarının değişmesi sonucunda yeterli ve dengeli beslenme kavramı önem kazanmıştır. Kitle iletişim araçları ve özellikle güncel bilgiye hızlı ve ucuz ulaşabilme imkanı sağlayan internet aracılığıyla pek çok insan beslenme konusunda bilgi sahibi olmaktadır. Şanlıer ve Yabancı, yaşları 20-60 yıl arasında değişen bireyler üzerinde yürüttükleri çalışmanın sonucunda, bireylerin %64.6'sı yeterli ve dengeli beslenmeye dikkat ettiğini, beslenme ile ilgili bilgi kaynaklarını sırasıyla arkadaş çevresi (%28.8), uzman kişiler (%28.6), gazete (%20.6), dergi (%18.8) ve internet (%5.8) olarak saptamışlardır. Kitle iletişim araçları beslenme eğitiminde önemli yer tutmaktadır. Ancak kitle iletişim araçları ve özellikle internette yer alan beslenme ile ilgili haberlerin uzman kişiler tarafından hazırlanması ve denetlenmesi gerekmektedir (11).

Güney Afrika'da, 17-49 yaşları arasında, 394 kadın üzerinde yürütülen kesitsel çalışmada beslenme konusunda bilgi edinilen ana kaynaklar değerlendirilmiştir. En sık karşılaşılan bilgi kaynağının medya, özellikle radyo ve televizyon (%73.4 ve %72.1), olduğu saptanmıştır. Beslenme bilgisini ve beslenme eğitimi aktivitelerinin etkinliğini geliştirmek için sağlık ve beslenme eğitimcilerinin daha aktif rol alması önerilmektedir (12).

Ankara'da yaşayan, rastgele örneklem yöntemi ile seçilen 733 yetişkin kadın üzerinde, besin hazırlama ve pişirme teknikleri konusunda bilgi, tutum ve davranışlarının değerlendirilmesi amacıyla, gerçekleştirilen çalışmada bireylerin %78.3'ünün beslenme konusunda bilgi sahibi olduğu, ancak %9.8'inin bu bilgileri uygulamadığı belirlenmiştir. Bilgi kaynağı olarak televizyon (%86.3), gazete-dergi mecmua (%69.2) en yüksek oranda gösterilmiştir. Dondurulmuş besin tüketme oranının %86.8 olduğu

bildirilmiştir. Çalışma sonucunda, bireylerin besin hazırlama ve pişirme konusundaki bilgi, tutum ve davranışlarının genel olarak kabul edilebilir düzeylerde olduğu saptanmıştır (13).

SONUÇ ve ÖNERİLER

Sanayileşme ve şehirleşmenin getirdiği yenilikler, kadının yaşamında gelişmelere yol açmaktadır. Bu gelişmelerin en önemlisi, kadınların ev ve aile uğraşları dışında çalışma hayatına atılmalarıdır. Kadınların gelişmiş rolleri ne olursa olsun geleneksel rollerinin değeri ve önemi sürmektedir. Ailede beslenme işleri büyük ölçüde kadının sorumluluğundadır. Sorumluluğun paylaşılması, aile bireyleri arasında etkin iletişim olduğunda gerçekleşebilir. Aksi halde çatışma kaçınılmazdır. Erkeğe tarih boyunca verilen savaşa ve koruma rolü onun evde ev işlerine yardım etmesini sınırlayıcı bir etki yapmaktadır. Erkek ev işlerine yardımcı, güç kaybı olarak algılanmaktadır. Bu nedenle toplumumuzda kadın gününün sekiz saatini dışarıda çalışarak geçirse de ev işlerinin tümü ondan beklenmektedir. Bu nedenle kadının aile içindeki durumu ailenin beslenme durumunu yansıtmaktadır. Kadının yorgunluk, rahatsızlık, bilgi yetersizliği ve zamanının olmaması gibi nedenlerle beslenme konusuna gereken önemi vermemesinden dolayı oluşabilecek kayıplar, aile bireylerinin beslenmesini ve ailenin ekonomisini etkileyebileceği gibi, ülke ekonomisini de etkileyecektir.

Beslenme durumu ve alışkanlıkları, bir toplumun sosyo - ekonomik durumunu yansıtan göstergelerdendir. Yetersiz ve dengesiz beslenmenin toplum sağlığını olumsuz yönde etkilediği, sosyal ve ekonomik gelişmeyi yavaşlattığı kanıtlanmış bir gerçektir (1, 14-16).

Bu araştırma kadının geleneksel rolünün büyük oranda sürdüğünü ortaya koymaktadır.

KAYNAKLAR

- 1- Baysal A. Beslenme ve sağlık. Beslenme. 10. Baskı. Hatiboğlu Yayınevi, Ankara, 2004: 1-11.
2. Cummings L.E, Kotschevar L.H. The healthful foods program. Nutrition Management for Food Services, DELMAR Publishers Inc., 1989:19-40, 241-68.
3. Tezcan M. Yemek antropolojisi kavramı. Türk Yemek Antropolojisi Yazıları, T.C.Kültür Bakanlığı Yayınları: 2515, Ankara, 2000:1-2.
4. Kutluay Merdol T. Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar, Ankara, 1994:12-17.
5. Walker AR., Walker BF, Jones J, et al. Knowledge of nutrition among housewives in three South African ethnic groups. S Afr Med J 1982; 62(17):605-10.
6. Inglis V, Ball K, Crawford D. Why do women of low socioeconomic status have poorer dietary behaviours than women of higher socioeconomic status? A qualitative exploration. Appetite 2005; 45:334-43.
7. Elbon SM, Johnson MA, Fischer JG, et al. Nutrition knowledge is influenced by education, age, and wellness program participation in older women. JADA, October A-87.
8. Yurttagül M, Karaağaoğlu N. Üç nesil kadının beslenme bilgi ve uygulamalarının kıyaslanması. III. Uluslararası Beslenme ve Diyetetik Kongresi Bildirileri, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, 2000:180.
9. Arıkan B, Şanlıer N. Ankara'da farklı sosyo-ekonomik düzeydeki semtlerde yaşayan kadınların dondurulmuş hazır besinleri saklama, kullanma ve evde besinleri dondurma durumlarının saptanması üzerine bir araştırma. III. Uluslararası Beslenme ve Diyetetik Kongresi Bildirileri, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, 2000:304.
10. Şanlıer N, Yabancı N. Çalışan bireylerin fast food tüketim tercihleri. I. Ulusal Gıda ve Beslenme Kongresi Bildiri Özetleri, TÜBİTAK Marmara Araştırma Merkezi Gıda Bilimi ve Teknolojisi Araştırma Enstitüsü, İstanbul, 2003:67.
11. Şanlıer N, Yabancı N. İnternette yer alan beslenme haberlerinin değerlendirilmesi, I. Ulusal Gıda ve Beslenme Kongresi Bildiri Özetleri, TÜBİTAK Marmara Araştırma Merkezi Gıda Bilimi ve Teknolojisi Araştırma Enstitüsü, İstanbul, 2003:31.
12. Charlton KE, Brewitt P, Bourne LT. Sources and credibility of nutrition information among black urban South African women, with a focus on messages related to obesity. Public Health Nutr 2004; 7(6):801-11.
13. Küçükerdönmez Ö, Çıtak Akbulut G, Bilici S ve ark. Yetişkin kadınların besin hazırlama ve pişirme teknikleri konusundaki bilgi, tutum ve davranışlarının saptanması, IV. Uluslararası Beslenme ve Diyetetik Kongresi Bildirileri, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, 2003:192.
14. Poulter JA. Menu for choice. Healthy Eating At Work, Part 2, 1994:21.
15. Farrar & Rinehart. Meal planning. The Good Housekeeping Cook Book, New York-Toronto, 1994:3-32.
16. Brown JE. Food and nutrition: Problems and programs. Nutrition Now, West Publishing University of Minnesota, Minnesota, 1995:1-8.