

## Ebeveynlerin besin etiketi okuma alışkanlıkları ve besin seçiminde etkili faktörlerin belirlenmesi üzerine bir araştırma

Ceren BULAK<sup>a</sup>, Dilek ÖZÇELİK ERSÜ<sup>b</sup>

### ÖZET

**Amaç:** Bu çalışma ile ebeveynlerin çocuklarına besin seçerken etiket okuma alışkanlıkları ve besin seçimini etkileyen faktörlerin belirlenmesi amaçlanmıştır. **Yöntem:** Kesitsel türdeki bu çalışma 12 yaşından küçük çocuğu olan ve çocuğu için besin alışverişi yapan 18-65 yaş aralığındaki 286 ebeveyn (253 kadın, 33 erkek) katılımıyla Şubat-Eylül 2021 tarihleri arasında çevrimiçi olarak yürütülmüştür. Çalışmada Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği ve tanımlayıcı anket formu kullanılmıştır. **Bulgular:** Çalışmaya göre, kadın ebeveynlerin (%97.2) besin etiketi okuma oranları erkek ebeveynlerden (%87.9) daha yüksektir. Özellikle içindekiler, katkı maddeleri, ürünün adı ve markası, hazırlama ve saklama koşulları, toplam yağ, vitamin ve şeker içeriği ile ambalaj üzerinde az yağlı ifadesinin bulunması gibi bazı etiket bilgilerini okuma sıklığı cinsiyete göre değişmektedir. Besinin sağlıklı olması, çocuğun tercihi olması ve organik olması gibi besin seçimini etkileyen faktörler ile ebeveyn cinsiyeti ve beden kütle indeksi kategorileri arasında da anlamlı bir ilişki vardır. Ebeveynlerin çocukları için meyve-sebze seçerken en çok ürünün taze olmasına dikkat ettikleri, bu seçimde erkek ve kadın ebeveynler arasında ise anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. **Sonuç:** Birçok ebeveyn, çocukları için besin satın alırken ambalajında bulunan etiket bilgisine dikkat etmektedir. Besinin sağlıklı ve organik olması, çocuğun o besini tercih etmesi besin seçiminde etkili olmaktadır. Ebeveynlerin beslenme alışkanlıkları ile cinsiyeti ve beden kütle indeksi gibi faktörlerin de besin seçiminde önemli olduğu görülmektedir. Sonuç olarak, ebeveynlerin besin etiketi okuma alışkanlıkları ve besin seçimini etkileyen faktörler, çocuklarını sağlıklı beslenmesini ve doğru besin seçimlerini desteklemek için önemlidir. Bu nedenle, ebeveynlere besin etiketlerini okuma ve doğru beslenme konusunda bilinçli kararlar vermeleri konusunda rehberlik sağlanması önemli bir adım olacaktır.

**Anahtar Kelimeler:** Beslenme davranışı, gıda etiketlemesi, çocuk beslenmesi

*A study on parents' food label reading habits and influencing factors in food selection*

### ABSTRACT

**Objective:** In this study, it was aimed to determine the nutritional label reading habits of parents and the factors affecting food choice when choosing food for their children. **Method:** This cross-sectional study was conducted online between February and September 2021, with the participation of 286 parents (253 females, 33 males) aged 18-65 years, who had children under the age of 12 and were responsible for their food shopping. This study used the nutrition Knowledge Level Scale for Adults and descriptive survey forms. **Results:** The study revealed that female parents had a higher rate of food label reading (97.2%) than male parents (87.9%). Specifically, the frequency of reading certain label information, such as ingredients, additives, product name and brand, preparation and storage conditions, total fat, vitamin, and sugar content, and the presence of low-fat labeling on the package, varied by gender. There was a significant relationship between factors influencing food selection, such as the perceived healthiness of the food, child preference, organic nature, and parental gender and body mass index categories. Parents paid particular attention to the freshness of fruits and vegetables when selecting them for their children and a significant difference was observed between male and female parents. **Conclusion:** Many parents pay attention to food label information when purchasing foods for their children. The perceived healthiness and organic nature of food, as well as the child's preference, have a significant impact on food selection. The dietary habits, gender, and body mass index of the parents also play important roles in food selection. In conclusion, parents' food label reading habits and the factors influencing food selection are crucial in supporting children's healthy eating and making appropriate food choices. Therefore, guiding parents in reading food labels and making informed decisions regarding proper nutrition is important.

**Keywords:** Feeding behavior, food labeling, child nutrition

Geliş Tarihi: 09.07.2023

Kabul Tarihi: 03.12.2023

<sup>a</sup>İstanbul Okan Üniversitesi, İstanbul, Türkiye, e-posta: ceren.bulak@gmail.com ORCID: 0000-0002-7385-2138

<sup>b</sup>İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul, Türkiye, e-posta: dytdilekozcelik@gmail.com, ORCID: 0000-0002-0247-5347

Sorumlu Yazar/Correspondence: Dilek Özçelik Ersü e-posta: dytdilekozcelik@gmail.com

Çalışma yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

Atıf/Citation: Bulak C, Özçelik Ersü D. Ebeveynlerin besin etiketi okuma alışkanlıkları ve besin seçiminde etkili faktörlerin belirlenmesi üzerine bir araştırma *Sağlık ve Yaşam Bilimleri Dergisi* 2023;5(3):123-130.

## GİRİŞ

Besin etiketleri, tüketicilerin besinler hakkında beslenme ve sağlıkla ilgili bilgileri elde etmeleri için önemli bir kaynaktır. Besin etiketinin bir amacı, tüketicilerin daha sağlıklı, besin öğeleri açısından zengin ve enerji yoğunluğu düşük olan besinleri tanımlarını ve seçmelerini kolaylaştırmaktır.<sup>1</sup> Bireylerin besin satın alırken hızlı, kolay, bilinçli ve sağlıklı tercihler yapabilmelerinde besin etiketleme sisteminin rolü büyüktür.<sup>2</sup>

Bireylerin sosyodemografik özelliklerinin, besin satın alma davranışlarına yön verdiği bilinmektedir.<sup>3</sup> Ayrıca etiketin boyutu/biçimi, cinsiyet, yaş, medeni durum ve eğitim gibi faktörler de besin etiketi okuma alışkanlığını etkilemektedir.<sup>4</sup> Besin etiketi kullanımını etkileyen en önemli etmen ise beslenme bilgi düzeyidir.<sup>5</sup> Beslenme bilgisi bireyden topluma kadar beslenme alışkanlıklarını etkileyen en önemli faktördür.<sup>6</sup> Bireylerin beslenme bilgi düzeyi ile etiket okuma alışkanlığı ve etikette yer alan ifadeleri anlama düzeyi arasında pozitif bir ilişki bulunmaktadır.<sup>7,8</sup> Beslenme bilgisi iyi olan bireyler besin seçerken daha çok besin etiketi bilgilerini kullanmaktadır.<sup>9</sup>

Ebeveynlerin çocuklarını besleme şekilleri ve besin seçimleri çocukların beslenme davranışlarını oluşturmada önemli bir rol oynamaktadır.<sup>10</sup> Açlığın ve kötü beslenmenin ortadan kaldırılması için özellikle çocuklara besin değeri yüksek besinlerin sağlanması oldukça önemlidir. Sağlıklı ve besleyici besinlere yönelimin beslenme bilgi düzeyi ve besin etiketi kullanımı ile doğrudan ilişkili olduğunu kanıtlayan birçok bilimsel araştırma mevcuttur.<sup>11,12</sup> Besin etiketi okuma alışkanlığı ile kronik hastalıkların azaltılması, sağlığın geliştirilmesi, sağlıklı beslenmenin sürdürülmesi ve ağırlık kontrolünün sağlanması arasında bir ilişki bulunmaktadır.<sup>13</sup> Yapılan araştırmalar ebeveyn bilgi düzeyi arttıkça çocuklarda sağlıklı beslenme davranışının olumlu etkilendiğini göstermektedir.<sup>5,14</sup>

Bu çalışmada ebeveynlerin çocuklarına besin seçerken besin etiketi okuma alışkanlıkları ve besin seçimini etkileyen faktörler araştırılmıştır. Ayrıca ebeveynlerin beslenme bilgi düzeyleri ile bazı sosyodemografik özellikler ve etiket okuma alışkanlığı arasındaki ilişkinin belirlenmesi de amaçlanmıştır.

## YÖNTEM

### Araştırma Yeri, Zamanı ve Örneklem Seçimi

Kesitsel olarak planlanan bu çalışma Şubat 2021-Eylül 2021 tarihleri arasında çevrimiçi olarak yürütülmüştür. Araştırmaya 12 yaşından küçük çocuğu olan ve çocuğu için besin alışverişi yapan 18-

65 yaş aralığında 286 ebeveyn (253 Kadın, 33 Erkek) katılmıştır.

Çalışmada evrendeki birey sayısı bilinmemekte, örneklemden elde edilen veri sürekli değişken özelliği göstermektedir. Bu çalışma için belirlenen alfa düzeyi 0.05 olup, bu değere karşılık gelen t istatistiği 1.96 olarak kullanılmıştır. Ek olarak, dikkate alınması gereken bir diğer parametre, araştırmacının kabul edilebilir hata payı anlamına gelen 'd' değeridir. Bu belirli çalışma için, kullanılan ölçeğin beşli Likert yapısına dayanarak, hata değeri 0.25 olarak tanımlanmıştır. Ayrıca, evren varyansının tahmin edilmesi gerekliliği, ölçek yapısı ve standart sapmanın değişkenliği hesaba katılarak, 1.56 değeri olarak kabul edilmiştir. Belirlenen ve hesaplanan bu değerler ışığında, t istatistiğinin karesi ile varyans değerinin karesinin çarpımının, hata payının karesine bölünmesi yoluyla örneklem büyüklüğü tahmini gerçekleştirilmiştir. Bu hesaplamaların sonucunda, alt örneklem büyüklüğü 150 birey olarak saptanmıştır.

### Araştırma Planı

Bu çalışmada, araştırmacılar tarafından oluşturulan 40 soruluk bir çevrimiçi anket formu ve Hilal Batmaz tarafından geçerlilik ve güvenilirlik analizi yapılmış olan Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği (YETBİD) kullanılmıştır.<sup>15</sup> Ölçek dört bölümden oluşmaktadır. Birinci bölüm, bireylerin temel beslenme bilgi düzeylerini ölçen 20 maddeli ve 5 faktörlü bir Likert tipi "Temel Beslenme Bilgisi (TBS)" ölçeğini içerir. İkinci bölümde, katılımcıların kendilerini besin-sağlık ilişkisi konusunda 0'dan 10'a kadar derecelendirerek değerlendirdikleri Visual Analog Skala (VAS) ölçeği bulunmaktadır. Üçüncü bölümde, besin tercihi bilgisini sorgulayan 12 maddeli ve 5 faktörlü bir likert tipi "Besin Tercihi (BT)" ölçeği ve dördüncü bölümde ise katılımcıların kendilerini tercih konusunda değerlendirdikleri bir VAS ölçeği kullanılmıştır. Temel beslenme bilgisi alt ölçeğinden alınabilecek maksimum toplam puan 80, besin tercihi alt ölçeğinden alınabilecek maksimum toplam puan ise 48'dir.

Veri toplamaya başlamadan önce 10 katılımcı ile pilot bir çalışma yapılmış ve katılımcı görüşleri değerlendirilmiştir. Anket formunun elektronik bağlantı adresi "Whatsapp Messenger" adlı telefon haberleşme uygulaması ve "Instagram", "Facebook", "Twitter", "LinkedIn" adlı sosyal medya platformları üzerinden katılımcılara gönderilmiştir. Çalışmaya mükerrer katılımın önlenmesi için yanıtlar "bir yanıtla sınırlıdır" şeklinde ayarlanmıştır.

Çalışma çevrimiçi yürütüldüğü için ebeveynlerin boy uzunluğu (cm) ve vücut ağırlığı (kg) bilgileri,

kişilerin kendi beyanlarına dayalı olarak toplanmıştır. Katılımcıların beden kütle indeksleri (BKİ) Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) BKİ sınıflandırmasına göre gruplandırılmıştır.<sup>16</sup> Buna göre, BKİ 18.5'in altı olanlar zayıf, 18.5-24.9 arası olanlar normal, 25-29.9 arası olanlar fazla kilolu ve 30 ve üzeri olanlar ise şişman olarak sınıflandırılmaktadır.<sup>16</sup>

### İstatistiksel Analiz

Ebeveynlerin besin satın alırken ambalaj üzerindeki bilgileri kontrol etme ve besin etiket okuma sıklıklarının cinsiyete göre karşılaştırılmasında ki-kare temelli ilişki testleri kullanılmıştır. Beslenme bilgi düzeyi alt ölçeklerinde Temel Beslenme ve Besin-Sağlık Bilgisi puanları tüm değişkenlerin alt düzeylerinde normal dağılım göstermiştir. Dağılımı normal olan puanların ortalama karşılaştırma testlerinde alt grup sayısı iki olma durumunda bağımsız gruplar t testi, ikiden fazla olma durumunda ise ANOVA kullanılmıştır. Dağılımı normal olmayan puanların ortalama karşılaştırma testlerinde alt grup sayısı iki olduğu durumlarda Mann Whitney U testi, ikiden fazla olduğu durumlarda ise Kruskal Wallis H testi kullanılmıştır.

TBS alt ölçeğine ilişkin Cronbach's alfa değeri 0.80, bileşik güvenilirlik katsayısı 0.89; BT alt ölçeğine ilişkin Cronbach's alfa değeri 0.72, bileşik güvenilirlik katsayısının 0.82 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin toplamına ilişkin cronbach's alfa değeri 0.83, bileşik güvenilirlik katsayısı ise 0.96 olarak tespit edilmiştir.

### BULGULAR

Bu çalışmadan elde edilen bulgular aşağıda özetlenmiştir. Çalışmaya 286 ebeveyn [253(%88.5) Kadın, 33(%11.5) Erkek] katılmıştır. Ebeveynlerin yaş ortalamasında cinsiyete göre anlamlı bir fark görülmemiştir ( $p>0.05$ ), ancak beden kütle indeksi ortalamaları (BKİ) cinsiyete göre anlamlı düzeyde değişmektedir ( $p<0.05$ ). Kadınların %61.3'ü normal vücut ağırlığına sahipken erkeklerin %57.6'sı fazla kiloludur. Ayrıca ebeveynlerin cinsiyete göre BKİ dağılımları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmıştır ( $p<0.05$ ) (Tablo 1). Ebeveynlerin ana öğün tüketme alışkanlıkları ile çocuklarının dışarıda yemek yeme sıklıkları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ( $\chi^2=14.23$ ,  $p=0.007$ ). Bu veriler tabloda gösterilmemiştir.

**Tablo 1. Ebeveynlerin antropometrik ve sosyodemografik özelliklerinin cinsiyete göre karşılaştırılması**

Özellik	Kadın (S:253)		Erkek (S:33)		Toplam (S:286)		P*
	X±SS	Alt-Üst	X±SS	Alt-Üst	X±SS	Alt-Üst	
Yaş, yıl	35.92±6.17	23-60	38.55±4.45	32-51	37.11±6.01	23-60	0.144
Boy, cm	163.46±6.25	150-196	178.03±8.35	162-205	165.13±8.00	150-205	<b>0.000</b>
Vücut Ağırlığı, kg	64.51±11.70	42-125	87.36±18.75	63-142	67.15±14.63	42-142	<b>0.000</b>
BKİ, kg/m <sup>2</sup>	24.12±4.25	17.30-52.00	27.46±5.19	21.50-46.70	24.50±4.49	17.30-52.00	<b>0.000</b>
	s	%	s	%	s	%	$\chi^2$ P**
<b>BKİ kategori</b>							
Zayıf	8	3.20	0	0.00	8	2.80	16.824 <b>0.000</b>
Normal	155	61.30	9	27.30	164	57.40	
Fazla Kilolu	72	28.50	19	57.60	91	31.80	
Şişman	18	7.10	5	15.20	23	8.00	
<b>Çalışma Durumu</b>							
Çalışıyor	154	60.90	31	93.90	185	64.70	13.976 <b>0.000</b>
Çalışmıyor	99	39.10	2	6.10	101	35.30	

\*\*İstatistiksel analizlerde t testi kullanılmıştır.

\*\*Beklenen hücre sayısı 5'ten küçük olanların sayısı %20'den küçük veya eşit olma durumunda olasılık değeri Pearson ki-kare, büyük olma durumunda exact olasılık değeri kullanılmıştır.

Çalışmada, temel beslenme bilgisi açısından kadınlar ve erkekler arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır ( $p=0.090$ ), ancak besin tercihi açısından kadınlar ve erkekler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gösterilmiştir ( $p=0.015$ ). Çalışma durumu ve alt ölçek puan ortalamaları değerlendirildiğinde, ebeveynlerin her iki alt ölçekten aldıkları puan ortalamalarının çalışmayan ebeveynlerde daha yüksek olduğu ve gelir arttıkça azaldığı saptanmıştır ( $p<0.05$ ). Ebeveyn eğitim seviyesi arttıkça TBS alt ölçeğinden alınan ortalama puanların azaldığı, çocuk sayısı arttıkça ise puanların arttığı gösterilmiştir ( $p<0.05$ ) (Tablo 2).

Çalışmada ambalaj üzerinde besin etiketi bulunması görüşü açısından kadın ve erkek ebeveynler arasında anlamlı bir farklılık görülmezken, etiket okuma alışkanlığına bakıldığında cinsiyetler arasında

istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmıştır ( $p<0.027$ ) (Tablo 3).

Ebeveynlerin, ambalaj üzerinde bulunan; içindekiler, katkı maddeleri, ürünün adı-markası, hazırlama-saklama koşulları, besinin toplam yağ, vitamin ve şeker içeriği ile ambalaj üzerinde az yağlı ifadesinin bulunması gibi bazı etiket bilgilerine dikkat etme sıklıkları ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişkili bulunmuştur ( $p<0.05$ ) (Tablo 4).

Tablo 5'te ebeveynlerin çocukları için besin seçerken dikkat ettikleri faktörler ve bu faktörlerin ebeveyn BKİ kategorileri ile arasındaki ilişki gösterilmiştir. Besinin sağlıklı olması, çocuğun tercihi olması ve organik olması gibi besin seçimini etkileyen faktörler ile ebeveyn cinsiyeti ve BKİ

kategorileri arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır ( $p<0.05$ ) (Tablo 5). Ebeveynlerin çocukları için meyve-sebze seçerken en çok ürünün taze olmasına dikkat ettikleri, erkek ve kadın ebeveynler arasında ise anlamlı bir fark olduğu gösterilmiştir ( $p<0.05$ ) (Tablo 5). Ebeveynlerin çocukları için süt ürünleri,

ekmek ve unlu mamuller ile et ve et ürünleri seçerken dikkat ettikleri faktörler ile ebeveyn BKİ kategorileri ve cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bakılmış ancak ilişki gösterilemediği için tabloya eklenmemiştir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 2. Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği alt ölçek puan kategorilerinin cinsiyete göre dağılımları ve alt ölçek puanlarının demografik özelliklere göre karşılaştırılması**

		Çok iyi s (%)	İyi s (%)	Orta s (%)	Kötü s (%)	$\chi^2$	$p^a$			
Temel Beslenme Bilgisi	Kadın	30 (11.9)	55 (21.7)	118 (46.6)	50 (19.8)	6.503	0.090			
	Erkek	5 (15.2)	9 (27.3)	8 (24.2)	11 (33.3)					
Besin Tercihi	Kadın	30 (11.9)	104 (41.1)	101 (39.9)	18 (7.1)	10.163	0.015			
	Erkek	2 (6.1)	6 (18.2)	20 (60.6)	5 (15.2)					
Değişken		s	$\bar{X}\pm SS$	SD	t	$p^b$	$\eta^2$			
Çalışma Durumu	Çalışıyor	185	50.95±9.89	284	4.13	0.000	0.06			
	Çalışmıyor	101	56.18±10.82							
Temel Beslenme Bilgisi	Eğitim Durumu	İlköğretim ve ↓ <sup>(1)</sup>	35	60.86±12.65	3.282	20.82	0.000	0.18	1-3.	1-4
		Lise <sup>(2)</sup>	42	57.59±8.95					2-3.	2-4
		Lisans <sup>(3)</sup>	143	52.20±10.04					3-4	
		Lisansüstü <sup>(4)</sup>	66	46.74±6.46						
	Aylık Gelir	4000 TL ve ↓ <sup>(1)</sup>	59	60.27±10.68	2.283	30.48	0.000	0.18	1-2	
		4001-8000 TL <sup>(2)</sup>	67	54.73±9.11					1-3	
		8001 TL ve ↑ <sup>(3)</sup>	160	49.23±9.31					2-3	
	Çocuk Sayısı	1 <sup>(1)</sup>	146	50.82±5.30	2.283	6.12	0.003	0.04	3-1	
2 <sup>(2)</sup>		105	54.28±5.60	2-1						
3 ve ↑ <sup>(3)</sup>		35	56.60±6.40							
Değişken		s	$\bar{X}\pm SS$	Sıra Ortalaması	Sıra toplamı	U	$p^d$			
Çalışma Durumu	Çalışıyor	185	36.24±5.40	128.58	23787	6582	0.000			
	Çalışmıyor	101	36.64±5.84	170.83	17254					
Besin Tercihi	Aylık Gelir	4000 TL ve ↓	59	37.93±5.94	164.58	2	6.52	0.038	1-2	
		4001-8000 TL	67	35.66±5.30	127.13					
		8001 TL ve ↑	160	36.11±5.44	142.58					

a: Ki-kare, b: t-test, c: Anova, d: Mann Whitney U Testi

## TARTIŞMA

Literatürde ebeveynlerin çocuklarına besin seçerken/satın alırken etiket okuma alışkanlıklarına ilişkin çalışmalara rastlanamadı bu nedenle farklı gruplarla yapılmış çalışmalar incelenmiştir. Çalışmamızda elde edilen sonuçlar aşağıda tartışılmıştır.

Tüketici davranışlarını inceleyen çeşitli araştırmalar, besin etiket bilgilerinin, satın alma kararlarında önemli bir rol oynadığını ortaya koymuştur.<sup>17,18</sup> Ön yüz besin etiketlerinin satın alma davranışı üzerine etkilerini inceleyen bir sistematik derlemede, ambalajda kullanılan çeşitli ön yüz etiketlerinin tüketicilerin daha sağlıklı besin alma davranışı göstermesinde etkili olabileceği belirtilmiştir.<sup>1</sup> Vejetaryen olan ve olmayan bireyler üzerinde yapılan başka bir çalışmada, vejetaryen bireylerin %77.8'i, olmayanların ise %42.2'sinin besin satın almadan önce besin etiketini inceledikleri ve vejetaryen bireylerin besin etiketini okurken besinlerin içerdiği katkı maddelerine, enerji içeriğine ve besin öğelerine daha fazla dikkat ettikleri gösterilmiştir.<sup>19</sup> Çalışmamızda ise, ebeveynlerin neredeyse tamamı, etiket bilgisinin ambalaj üzerinde

bulunmasının önemli olduğunu düşünmektedir. Bu, besin etiket bilgilerinin, tüketicilerin alışveriş davranışları ve beslenme seçimleri üzerinde önemli bir etkisi olduğunu göstermektedir.

Besin etiketi okuma alışkanlığının ve satın alma davranışının cinsiyetle olan ilişkisini araştıran bir çalışma, kadın tüketicilerin etiket bilgisine erkeklerden daha fazla dikkat ettiğini ve yazılı bilgilerin kadınların besin seçimlerini kolaylaştırmada daha belirgin bir etkisi olduğunu ortaya koymuştur.<sup>20</sup> Ayrıca, Ulusal Sağlık ve Beslenme Araştırması (NHANES) sonuçları, kadınların etiket okuma sıklığının erkeklere göre üç kat daha fazla olduğunu ve boşanmış veya ayrı yaşayan bireylerin evli olanlara kıyasla %30 daha az etiket okuduğunu göstermiştir.<sup>21</sup> Mevcut çalışmamızda, kadın ebeveynlerin, erkek ebeveynlerden daha çok besin etiketi bilgisini dikkate aldıkları tespit edilmiştir. Bu sonuç, çalışmaya daha fazla kadın ebeveynin katılımı ve kadın ebeveynlerin erkek ebeveynlere kıyasla daha sık besin alışverişi yapmalarının bir sonucu olabilir. Bu bulgular, cinsiyetin besin etiketlerine yönelik dikkat ve bu etiketlerin besin seçimlerindeki rolü üzerinde belirgin bir etkisi olduğunu göstermektedir.

**Tablo 3. Ebeveynlerin besin etiketleme sorularına ilişkin verdikleri cevapların ve çocuklarına besin seçerken etki eden faktörlerin cinsiyete ve BKİ kategorilerine göre dağılımları**

Soru	Alt Grup	Kadın	Erkek	$\chi^2$	p*	BKİ Kategorisi				$\chi^2$	p*
		s (%)	s (%)			Zayıf s (%)	Normal s (%)	Hafif Şişman s (%)	Obez s (%)		
Satın aldığımız besinlerin ambalajı üzerinde etiket bilgisi bulunmalı mıdır?	Bulunmalı	249 (98.4)	31 (93.9)	2.852	0.144	8 (100)	161 (98.2)	89 (97.8)	22 (95.7)	1.696	0.596
	Fark etmez	4 (1.6)	2 (6.1)			0 (0.0)	3 (1.3)	2 (2.2)	1 (4.3)		
Alışveriş yaparken aldığımız besinlerin üzerindeki etiketlere dikkat eder misiniz?	Evet	246 (97.2)	29 (87.9)	6.907	<b>0.027</b>	8 (100)	159 (97.0)	87 (95.6)	21 (91.3)	2.282	0.510
	Hayır	7 (2.8)	4 (12.1)			0 (0.0)	5 (3.0)	4 (4.4)	2 (8.7)		
Etiketlerin besinlerin sağlıklı olup olmadığı ilgili yeterli bilgi sağladığını düşünüyor musunuz?	Evet	36 (14.2)	3 (9.21)	0.99	0.609	0 (0.0)	19 (11.6)	15 (16.5)	5 (21.7)	4.097	0.656
	Hayır	84 (33.2)	10 (30.3)			2 (25)	56 (34.1)	30 (33.0)	6 (26.1)		
	Kısmen	133 (52.6)	20 (60.6)			6 (75)	89 (54.3)	46 (50.5)	12 (52.2)		
Etiketlerin neden yeterli bilgi sağlamadığını düşünüyorsunuz?	İçerik eksik	21 (15.8)	2 (11.1)	4.5	0.617	0 (0.0)	12 (12.2)	11 (20)	2 (18.2)	10.535	0.238
	Anlaşılır değil	36 (27.1)	9 (50)			1 (25)	30 (30.6)	24 (43.6)	3 (27.3)		
	İçeriği yansıtmıyor	31 (23.3)	4 (22.2)			1 (25)	27 (27.6)	7 (12.7)	1 (9.1)		
	Zararlı yönlerden bahsetmiyor	45 (33.8)	3 (16.7)			2 (50)	29 (29.6)	13 (23.6)	5 (45.5)		

\*Beklenen hücre sayısı 5'ten küçük olanların sayısı %20'den küçük veya eşit olma durumunda olasılık değeri pearson ki-kare, büyük olma durumunda exact olasılık değeri kullanılmıştır.

**Tablo 4. Ebeveynlerin besin satın alırken etiket bilgilerini kontrol etme sıklıklarının cinsiyete göre karşılaştırılması**

Ambalaj Etiket Bilgisi		Hiçbir Zaman s (%)	Nadiren s (%)	Bazen s (%)	Çoğu Zaman s (%)	Her Zaman s (%)	$\chi^2$	p*
İçindekiler	Kadın	1 (0.4)	5 (2.0)	48 (19.0)	88 (34.8)	111 (43.9)	20.51	<b>0.002</b>
	Erkek	3 (9.1)	2 (3.1)	9 (2.3)	8 (24.2)	11 (33.3)		
Katkı Maddeleri	Kadın	2 (0.8)	15 (5.9)	57 (22.2)	70 (27.7)	109 (43.1)	18.1	<b>0.004</b>
	Erkek	2 (6.1)	6 (18.2)	9 (27.3)	11 (33.3)	5 (15.2)		
Ürünün Adı ve Markası	Kadın	1 (0.4)	1 (0.4)	8 (3.2)	41 (16.2)	202 (79.8)	14.22	<b>0.016</b>
	Erkek	0	2 (6.1)	3 (9.1)	8 (24.4)	20 (60.6)		
Hazırlama ve Saklama Koşulları	Kadın	3 (1.2)	8 (3.2)	46 (18.2)	84 (33.2)	112 (44.3)	34.47	<b>0.000</b>
	Erkek	3 (9.1)	5 (15.2)	14 (42.4)	3 (9.1)	8 (24.2)		
Toplam Yağ	Kadın	19 (7.5)	34 (13.4)	95 (37.5)	63 (24.9)	42 (16.6)	11.14	<b>0.024</b>
	Erkek	7 (21.2)	4 (12.1)	15 (45.5)	2 (6.1)	5 (15.2)		
Vitamin	Kadın	14 (5.5)	24 (9.5)	83 (32.8)	73 (28.9)	59 (23.3)	10.96	<b>0.027</b>
	Erkek	7 (21.2)	3 (9.1)	9 (27.3)	9 (27.3)	5 (15.2)		
Şeker	Kadın	12 (4.7)	17 (6.7)	64 (25.3)	70 (27.7)	90 (35.6)	14.07	<b>0.005</b>
	Erkek	6 (18.2)	3 (9.1)	12 (36.4)	7 (21.2)	5 (15.2)		
Az yağlı ibaresi	Kadın	17 (6.7)	30 (11.9)	86 (34.0)	69 (27.3)	51 (20.2)	11.74	<b>0.019</b>
	Erkek	6 (18.2)	2 (6.1)	17 (51.5)	4 (12.1)	4 (12.1)		
Sağlık Problemi ile ilişkisi	Kadın	14 (5.5)	14 (5.5)	79 (31.2)	63 (24.9)	83 (32.8)	12.74	<b>0.013</b>
	Erkek	6 (18.2)	3 (9.1)	13 (39.4)	2 (6.1)	9 (27.3)		

\*Beklenen hücre sayısı 5'ten küçük olanların sayısı %20'den küçük veya eşit olma durumunda olasılık değeri pearson ki-kare, büyük olma durumunda exact olasılık değeri kullanılmıştır.



**Tablo 5. Ebeveynlerin çocuklarına besin seçerken etki eden faktörlere ait sayı ve yüzde değerleri**

Soru	Alt Grup	Kadın s (%)	Erkek s (%)	$\chi^2$	p*	Zayıf s (%)	Normal s (%)	Hafif şişman s (%)	Obez s (%)	$\chi^2$	p*	Sayı (%)
Çocuğunuz için besin seçerken dikkat ettiğiniz en önemli faktör nedir?	Sağlıklı olması	208 (82.5)	19 (63.3)	6.420	<b>0.042</b>	8 (100)	143 (87.7)	65 (72.2)	11 (52.4)	30.610	<b>0.000</b>	227 (80.5)
	Çocuğunuzun tercihi	18 (7.1)	5 (16.7)			0	6 (3.7)	10 (11.1)	7 (33.3)			23 (8.2)
	Organik olması	26 (10.3)	6 (20.0)			0	14 (8.6)	15 (16.7)	3 (14.3)			32 (11.3)
Çocuğunuz için meyve-sebze seçerken dikkat ettiğiniz en önemli faktör nedir?	Taze olmasına	228 (90.1)	26 (78.8)	18.569	<b>0.010</b>	8 (100)	147 (89.6)	81 (89)	18 (78.3)	11.974	0.448	254 (88.8)
	Görünüşüne	2 (0.8)	4 (12.1)			0	2 (1.2)	2 (2.2)	2 (8.7)			6 (2.1)
	Organik olması	21 (8.3)	3 (9.1)			0	15 (9.1)	6 (6.6)	3 (13.0)			24 (8.4)
	Fiyatı	1 (0.4)	0			0	0	1 (1.1)	0			1 (0.3)
Lezzeti	1 (0.4)	0			0	0	1 (1.1)	0			1 (0.3)	

\*Beklenen hücre sayısı 5'ten küçük olanların sayısı %20'den küçük veya eşit olma durumunda olasılık değeri pearson ki-kare, büyük olma durumunda exact olasılık değeri kullanılmıştır.

Tüketiciler çoğunlukla ambalajlı besinlerin "üretim ve son kullanma tarihine" dikkat etmektedir.<sup>22-24</sup> Özgen'in çalışmasında, tüketicilerin %78.4'ünün son kullanma tarihini ve %76.9'unun ise üretim tarihini her zaman kontrol ettikleri tespit edilmiştir.<sup>20</sup> Mevcut çalışmada, ebeveynlerin öncelikli olarak "üretim tarihi", "son kullanma tarihi" ve "ürünün adı-markası" bilgilerine dikkat ettikleri belirlenmiştir. Cinsiyetler arası bir ayrım olmaksızın, ebeveynlerin "net ağırlık", "üretim tarihi", "son kullanma tarihi", "üretildiği yer", "üretici firma" ve "besin değeri" bilgilerini kontrol etme sıklıkları benzerdir. Ancak, "içindekiler", "katkı maddeleri", "ürünün adı ve markası", "hazırlama ve saklama koşulları" bilgilerinin kontrol edilme sıklığı, cinsiyete bağlı olarak belirgin bir değişim göstermiştir, kadın ebeveynler bu bilgileri erkek ebeveynlerden daha sık kontrol etmektedir.

Coşkun ve arkadaşlarının çalışmasında (2018), kadınların etiket bilgisine daha fazla dikkat ettikleri gösterilmiş ancak cinsiyet ile besin satın alınırken enerji, toplam yağ, kolesterol, protein, tuz ve sodyum içeriği ile günlük karşılama yüzdesi gibi beslenme bilgilerini okuma alışkanlıkları açısından anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.<sup>25</sup> Besler ve arkadaşlarının çalışması, kadınların %78.2'sinin ve erkeklerin %67.1'inin besin ögesi içeriklerini incelediğini göstermiştir.<sup>4</sup> Üniversite öğrencilerinde besin etiketi okuma davranışı üzerine yapılmış bir çalışmada, besin etiketinde yer alan toplam yağ ve doymuş/doymamış yağ içeriğine dikkat etme konusunda cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunurken, kadın katılımcıların besinlerin şeker içeriğine daha fazla önem verdikleri saptanmıştır.<sup>26</sup> Çalışmamızda, "Toplam yağ", "vitamin", "şeker", "az yağlı/yağsız" ve "sağlık problemi ile ilişkisi" etiket bilgilerinin kontrol edilme sıklığı, kadın ebeveynlerde erkek ebeveynlere göre istatistiksel olarak anlamlı bir seviyede daha yüksek bulunmuştur. Bu durum, kadın ebeveynlerin çocukları için besin seçerken, erkek ebeveynlere kıyasla daha fazla besin içerik bilgisine dikkat ettiklerini gösterir. Kadın ebeveynlerin besin güvenliği ve çocuk sağlığına yönelik genel endişelerinin bir yansıması olabilir ayrıca bu sonuçlar

cinsiyetin etiket bilgilerine dikkat etme sıklığı üzerinde belirgin bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir.

Besin etiketi üzerinde bulunan bilgilerin (içerik, madde ve miktar bilgileri, sağlık beyanları, gereksinimi karşılama yüzdesi gibi belirtilen ifadelerin) bireylerin sağlığının korunması ve geliştirilmesinde oldukça etkili olduğu bilinmektedir.<sup>27</sup> Ancak, etiket üzerindeki terimlerin, sembollerin ve besin değerlerinin tüketiciler tarafından eksik veya yanlış anlaşılması, bilgi eksikliği veya doğruluk konusunda duyulan endişeler, etiket okuma alışkanlıklarını olumsuz yönde etkileyebilir.<sup>7</sup> Bu çalışmada, hem erkek hem de kadın ebeveynlerin, etiket bilgilerinin besinler hakkında yeterli bilgi sağlama konusunda kararsız olduklarını, etiket bilgilerinin anlaşılabilirliğini ve güvenilirliğini sorguladıklarını ortaya koymaktadır. Ebeveynler ayrıca, besin etiketlerinin ürünün potansiyel zararları hakkında yeterli bilgi sağlamadığı görüşündedirler. Bu, etiketlerin bilgilendirici değerinin, tüketici tarafından nasıl algılandığını ve tüketicilerin sağlıkla ilgili kararlarını ve beslenme alışkanlıklarını nasıl etkileyebileceğini gösteren önemli bir bulgudur.

Besin etiketi okuma alışkanlığı ile kronik hastalıkların azaltılması, sağlığın geliştirilmesi, sağlıklı beslenmenin sürdürülmesi ve ağırlık kontrolünün sağlanması arasında bir ilişki bulunmaktadır.<sup>13</sup> Bu çalışmada, normal vücut ağırlığına sahip ebeveynlerin, zayıf, fazla kilolu ve obez ebeveynlere kıyasla, bir besinin sağlıklı olup olmadığına daha fazla önem verdikleri tespit edilmiştir. Ancak, ilginçtir ki ebeveynlerin besin etiketi okuma alışkanlıkları ile BKİ değerleri arasında anlamlı bir ilişki gösterilememiştir. Bu sonuç, besin etiketi okuma alışkanlıklarının ebeveynlerin vücut ağırlıklarından bağımsız olduğunu ve bu konuda daha fazla araştırma yapılması gerektiğini göstermektedir. Bu çalışmanın başka bir diğer bulgusuna göre, özellikle kadın ebeveynler, çocukları için meyve ve sebze seçiminde ürünlerin tazeliğine büyük önem vermektedirler. Bu sonuç, cinsiyetin çocuklar için besin seçimi üzerinde belirleyici bir etken olduğunu ve kadınların genel itibarıyla erkeklere kıyasla daha taze ve sağlıklı

besinlere yönelme eğiliminde olduğunu ortaya koymaktadır. Ek olarak, sağlıklı besin tercihinin BKİ ile de ilişkili olduğu ve BKİ daha düşük olan bireylerin sağlıklı besinlere yönelme eğiliminde olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgular, sağlıklı besin tercihlerinin hem cinsiyet hem de BKİ gibi faktörler tarafından etkilendiğini göstermektedir.

Beslenme bilgi düzeyi besin etiketi kullanımını etkileyen önemli faktörlerden biridir.<sup>5</sup> Beslenme bilgisi iyi olan bireyler besin seçerken besin etiketi bilgilerine daha sık başvurmaktadır.<sup>9</sup> Bir bireyin besin etiketi kullanımı, beslenme bilgisi, ekonomik durumu, sağlıkla ilgili tutumları, zaman, yaşam tarzı ve bilgi gereksinimi gibi bir dizi faktöre bağlıdır. Bu faktörler, aynı zamanda bireylerin beslenme düzeyi üzerinde de etkili olmaktadır.<sup>9</sup> Bu çalışma sonuçlarına göre, besin tercihi alt ölçek puanlarının cinsiyete bağlı olarak önemli ölçüde farklılık gösterdiği belirlenmiştir. İyi ve çok iyi besin tercihi puanlarına sahip kadın ebeveynlerin oranı, erkek ebeveynlerin oranından anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Ancak beklenenin tersine, ebeveyn eğitim seviyesi ve aylık geliri arttıkça temel beslenme bilgisi ve besin tercihi alt ölçek puan ortalamalarının azaldığı bununla birlikte, temel beslenme bilgisi alt ölçek puan ortalamalarının ise çocuk sayısı ile doğru orantılı bir artış gösterdiği tespit edilmiştir. Çalışan ebeveynlerin ise, besin tercihi alt ölçek puan ortalamaları çalışmayan ebeveynlerden daha düşük olarak bulunmuştur. Bu bulguların beklenenin dışında çıkmasının sebepleri arasında, çalışmada kadın ebeveyn sayısının daha yüksek olması ve düşük sosyoekonomik düzeydeki ebeveynlerin sınırlı bütçeleri dolayısıyla çocukları için en fazla fayda sağlayacak besinleri seçmeye çalışmalarının etkisi olabilir.

Bu çalışma, çevrimiçi anket yoluyla ulaşılabilen ebeveynler ile sınırlıdır. Katılımcı erkek sayısının az olması hem de pandemi koşulları nedeniyle çalışmanın çevrimiçi olarak yürütülmesi bu çalışmanın kısıtlılıklarını oluşturmaktadır. Çalışmada kadın ebeveynlerin sayısı erkek ebeveynlerin sayısından önemli ölçüde daha fazladır. Bu eşitsizlik, sonuçların cinsiyetle ilgili karşılaştırmalarını etkileyebilir. Ayrıca örneklem sayısı çalışma sonuçlarının genelleştirilebilirliğini kısıtlayabilir. Bu nedenle bu çalışma ile elde edilen sonuçların toplum temelli daha geniş örneklem içeren başka çalışmalarla desteklenmesi önerilir.

Çalışmamızın güçlü yönlerine bakıldığında, bu çalışma, çocuk beslenmesi ve ebeveyn davranışları alanında özgün bir katkı sunar. Ebeveynlerin besin etiketlerini okuma alışkanlıkları ve besin seçimini etkileyen faktörlerin belirlenmesi, çocukların sağlıklı beslenmesini ve doğru besin seçimlerini desteklemek için önemli bir bilgi sağlar. Ayrıca bu çalışma, çocukların sağlığı ve beslenmesi üzerindeki etkileri nedeniyle toplumsal açıdan önemli bir konuyu ele alır. Ebeveynlerin besin etiketlerini doğru bir şekilde

okumaları ve sağlıklı beslenme alışkanlıklarını çocuklarına geçirmeleri, gelecek nesillerin sağlığını olumlu yönde etkileyebilir.

Sonuç olarak, bu çalışma, ebeveynlerin çocukları için besin seçerken besin etiketlerine ne ölçüde dikkat ettiklerini, etiketlerin hangi bölümlerine odaklandıklarını ve etiketlerin anlaşılabilirliğine dair görüşlerini anlamak için önemli bir başlangıç noktası oluşturmaktadır. Elde edilen bulgular, gelecekteki araştırmalar ve politika oluşturma çalışmaları için yararlı bilgiler sağlamaktadır. Ancak, bu konuda daha fazla araştırmaya ve çeşitli sosyoekonomik gruplarda daha geniş ölçekte yapılan araştırmalara ihtiyaç vardır. Bu tür çalışmalar, besin etiketlerinin tüketiciler tarafından nasıl algılandığını daha iyi anlamamızı ve tüketicilere daha etkili bir şekilde nasıl hizmet edebileceğimizi belirlememize yardımcı olacaktır.

### **Etik Onay**

Araştırma protokolü Okan Üniversitesi etik kurulu tarafından değerlendirilmiş ve 27/01/2021 tarihli 18 numaralı karar ile onaylanmıştır. Bu çalışma Helsinki Dünya Tıp Birliği Deklarasyonuna uygun yapılmış ve çalışmaya katılmaya onay veren bireyler dâhil edilmiştir.

### **Yazar Katkıları**

*Çalışma fikri/tasarımı: DÖE, CB*

*Veri toplama: CB*

*Veri analizi ve yorumlama: DÖE, CB*

*Literatür tarama: CB*

*Makalenin yazımı: DÖE, CB*

*Eleştirel inceleme: DÖE, CB*

*Son onay ve sorumluluk: CB*

**Çıkar Çatışması:** *Yazarlar çıkar çatışması beyan etmemişlerdir.*

**Finansal Destek:** *Yazarlar finansal destek beyan etmemişlerdir.*

### **KAYNAKÇA**

1. An R, Shi Y, Shen J, Bullard T, Liu G, Yang Q, et al. Effect of front-of-package nutrition labeling on food purchases: a systematic review. *Public Health*. 2021;191:59-67. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2020.06.035>
2. Sonnenberg L, Gelsomin E, Levy DE, Riis J, Barraclough S, Thorndike AN. A traffic light food labeling intervention increases consumer awareness of health and healthy choices at the point-of-purchase. *Preventive Medicine*. 2013;57(4):253-7. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2013.07.001>
3. Aygen FG. Attitudes and behavior of Turkish consumers with respect to organic foods.

- International Journal of Business and Social Science*. 2012;3(18):262-73.
4. Besler HT, Buyuktuncer Z, Uyar MF. Consumer understanding and use of food and nutrition labeling in Turkey. *Journal of Nutrition Education Behavior*. 2012;44(6):584-91.  
<https://doi.org/10.1016/j.jneb.2012.01.005>
  5. Norgaard MK, Brunso K. Families use of nutritional information on food labels. *Food Quality and Preference*. 2009;(20):597-606.  
<https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2009.07.005>
  6. Kantarcı Çınar D, Angın DE. Okul öncesi dönem çocuklarına yönelik hikâye kitaplarında yer alan beslenme kavramlarının incelenmesi. *e- Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi*. 2021;8:1-20.  
<https://doi.org/10.30900/kafkasegt.788335>
  7. Cebeci A, Güneş F. Türkiye ve Avrupa'daki Tüketicilerin Gıda Etiket Okuma Tutumlarının Etkileyen Faktörlerin Değerlendirilmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2017;6(4):261-7.
  8. Grunert GK, Wills JM, Fernandez-Celemin L. Nutrition knowledge, and use and understanding of nutrition information on food labels among consumers in the UK. *Appetite*. 2010;(55):177-89.  
<https://doi.org/10.1016/j.appet.2010.05.045>
  9. Dikmen D, Pekcan G. Besin etiketlemede yeni yaklaşımlar: besin ögesi örüntü profilleri. *Beslenme ve Diyet Dergisi*. 2012;40(3):273-80.
  10. Akalın S, İrkin R. Ebeveynlerin tutum ve davranışlarının çocukluk çağı obezitesi ile ilişkisi. *Izmir Democracy University Health Sciences Journal*. 2018;1(3):49-62.
  11. Marietta AB, Welshimer KJ, Anderson SL. Knowledge, attitudes, and behaviors of college students regarding the 1990 Nutrition Labeling Education Act food labels. *Journal of American Dietetic Association*. 1999;99(4):445-9.  
[https://doi.org/10.1016/S0002-8223\(99\)00108-X](https://doi.org/10.1016/S0002-8223(99)00108-X)
  12. Miller CK, Russell T. Knowledge of dietary supplement label information among female supplement users. *Patient Education and Counseling*. 2004;52(3):291-6.  
[https://doi.org/10.1016/S0738-3991\(03\)00093-4](https://doi.org/10.1016/S0738-3991(03)00093-4)
  13. Arsenaault JE. Can nutrition labeling affect obesity. *Choices*. 2010;25(3):1-4.
  14. Lioret S, McNaughton SA, Spence, AC, Crawford, D, Campbell, KJ. Tracking of dietary intakes in early childhood: the Melbourne InFANT Program. *European Journal of Clinical Nutrition*. 2013;67(3):275-81.  
<https://doi.org/10.1038/ejcn.2012.218>
  15. Batmaz, H. Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği Geliştirilmesi ve Geçerlik-Güvenirlilik Çalışması (yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı; 2018.
  16. World Health Organization. Cut-off for BMI according to WHO standards; [https://gateway.euro.who.int/en/indicators/mn\\_suryey\\_19-cut-off-for-bmi-according-to-who-standards/](https://gateway.euro.who.int/en/indicators/mn_suryey_19-cut-off-for-bmi-according-to-who-standards/) Accessed May 29, 2023.
  17. Peters TA, Badrie N. Consumers' perception of food packaging in Trinidad, West Indies and its related impact on food choices. *International Journal of Consumer Studies*. 2005;29(6):508-14.  
<https://doi.org/10.1111/j.1470-6431.2005.00419.x>
  18. Özgül E, Aksulu İ. Ambalajlı Gıda ürünlerinde Tüketicilerin Etiket Duyarlılığındaki Değişimler. *Ege Akademik Bakış*. 2006;6(1):1-10.
  19. Elibol E. Vejetaryen Olan ve Olmayan Bireylerin Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum ve Besin Etiket Okuma Alışkanlıklarının Karşılaştırılması. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2023; (20):536-48.  
<https://doi.org/10.38079/igusabder.1281971>
  20. Coşkun F, Kayışoğlu S. Besin etiketi okuma alışkanlıklarına ve etiket okumanın satın alma tercihlerine cinsiyetin etkisi: Tekirdağ ili örneği. *Akademik Gıda*. 2018;16(4):422-30.  
<https://doi.org/10.24323/akademik-gida.505518>
  21. Post RE, Mainous AG 3rd, Diaz VA, Matheson EM, Everett CJ. Use of the nutrition facts label in chronic disease management: results from the National Health and Nutrition Examination Survey. *Journal of American Dietetic Association*. 2010;110(4):628-32.  
<https://doi.org/10.1016/j.jada.2009.12.015>
  22. Aygen FG. Tüketicilerin besin etiketi incelenmesi konusundaki tutum ve davranışları. *İşletme Araştırmaları Dergisi*. 2012;4(3):28-54.
  23. Karabiber C, Hazer O. Tüketicilerin bilgi kaynağı olarak gıda ürünlerindeki etiketi okuma ve anlamada karşılaştıkları sorunların incelenmesi. In: Babaoğlu M, Şener A, eds. Tüketici Yazıları II. Hacettepe Üniversitesi Tüketici-Pazar-Araştırma-Danışma Test ve Eğitim Merkezi. Ankara;2010:253-70.
  24. Gül F, Dikmen D. Kadın tüketicilerde besin etiketi okuma alışkanlıkları ve alerjen bilgi düzeyinin saptanması. *Beslenme ve Diyet Dergisi*. 2018;46(2):157-65.  
<https://doi.org/10.33076/2018.BDD.300>
  25. Coşkun F, Kayışoğlu S. Besin etiketi okuma alışkanlıklarına ve etiket okumanın satın alma tercihlerine cinsiyetin etkisi: Tekirdağ ili örneği. *Akademik Gıda*. 2018;16(4):422-30.  
<https://doi.org/10.24323/akademik-gida.505518>
  26. Arslan E, Özlü T, Garipoğlu G. Üniversite öğrencilerinde besin etiketi okuma davranışının incelenmesi. *Journal of Health Sciences*. 2022;31(1):71-8.  
<https://doi.org/10.34108/eujhs.915320>
  27. Erem S, Yeşil E, Ercan A, Tayfur M. Günlük yaşamda sıklıkla tüketilen çeşitli besinlerin etiket bilgilerinin değerlendirilmesi. *Beslenme ve Diyet Dergisi*. 2018;46(1):40-8.  
<https://doi.org/10.33076/2018.BDD.286>