



## Adölesan Dönem Okul Çocuklarında Beslenme Alışkanlıkları ve Beslenme Durumunun Değerlendirilmesi (Evaluation of Dietary Habits and Nutritional Status in Adolescence Period School Children)

\*Cansev MEŞE YAVUZ <sup>a</sup> , Başak KOCA ÖZER <sup>b</sup> 

<sup>a</sup> Van Yüzüncü Yıl University, Faculty of Letters, Department of Anthropology, Van/Turkey

<sup>b</sup> Ankara University, Faculty of Languages, History and Geography, Department of Anthropology, Ankara/Turkey

### Makale Geçmişi

Gönderim

Tarihi:18.02.2019

Kabul Tarihi:03.03.2019

### Anahtar Kelimeler

Obezite

Beslenme alışkanlıkları

Beslenme durumu

Adölesan

### Öz

Yaşamın tüm dönemlerinde etkisi olan beslenmenin büyüme ve gelişme süreci üzerinde ayrı bir önemi vardır. Büyüme ve gelişme döneminin sağlıklı bir şekilde tamamlanması ve bir aksamanın olmaması için diyetin yeterli ve dengeli olması önem taşımaktadır. Araştırma Ankara İlinde ilk ve orta öğretim kurumlarında öğrenim gören 10-16 yaş arası 933 adölesan (449 erkek, 484 kız) üzerinde gerçekleştirilmiştir. Adölesanların genel beslenme alışkanlıkları ve beslenme durumu değerlendirilmiş, düşük kiloluluk, fazla kiloluluk ve obezite prevalansı belirlenmiştir. Örneklem genelinin %0.7'sinin çok düşük kilolu, %2.8'inin düşük kilolu, %19.3'ünün fazla kilolu, %10.5'inin obez, %1.2'sinin ise morbid obez olduğu saptanmıştır. Ayrıca adölesanların öğün atladığı ve riskli beslenme alışkanlıklarına sahip oldukları belirlenmiştir. Araştırma sonuçları günümüzde artan fazla kiloluluk ve obeziteye yönelik önlemlerin alınması gerekliliğini ve adölesanların sağlıklı beslenme bilincine sahip olabilmelerini sağlamak amacıyla etkin eğitim programlarının planlanması gerekliliğini ortaya koymaktadır.

### Keywords

Obesity

Dietary habits

Nutritional status

Adolescent

### Abstract

The nutrition influencing of all periods of life has a distinctive importance over the growth and development period. Adequate and balanced diet is very important for a complete and uninterrupted growth. The research was carried out on 933 adolescents (449 boys, 484 girls) aged 10-16 years, who were studying at primary and secondary schools in Ankara. General dietary habits and nutritional status of adolescents were evaluated, underweight, overweight and obesity prevalence were determined. It was determined that 0.7% of the sample was severe underweight, 2.8% was underweight, 19.3% was overweight, 10.5% was obese and 1.2% was morbid obese. It was also found that adolescents skip meals and have risky dietary habits. The results of the study reveal that it is necessary to take effective precautions for overweight and obesity and plan effective training programs in order to ensure that adolescents have healthy nutrition consciousness.

### Makalenin Türü

Araştırma Makalesi

\* Sorumlu Yazar.

E-posta: [cansevmese@yyu.edu.tr](mailto:cansevmese@yyu.edu.tr) (C. Meşe Yavuz)

**Makale Künyesi:** Meşe Yavuz, C. & Koca Özer, B. (2019). Adölesan Dönem Okul Çocuklarında Beslenme Alışkanlıkları ve Beslenme Durumunun Değerlendirilmesi. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 7 (1), 225-243.

DOI: