



Toplumdaki Genç Yetişkinlerin Obeziteye Yaklaşımının Değerlendirilmesine Yönelik Niteliksel Bir Çalışma

A Qualitative Study to Evaluate Young Adults' Approach to the Obesity

**Beyza Nur ATAĞLU¹, Ceren ÖNDER KUTLU², Mehmet ACINIKLI³,
Muhammed YILDIRIM⁴, Zeynep BÜYÜKYILMAZ⁵, Seyhan HİDİROĞLU⁶, Melda KARAVUS⁷**

¹Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, İstanbul
· beyzanataoglu@gmail.com · ORCID > 0000-0001-5202-0458

²Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, İstanbul
· s.cerenndr@gmail.com · ORCID > 0000-0003-4472-787X

³Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi, İstanbul
· mehmet.acinikli1@gmail.com · ORCID > 0000-0002-7231-0484

⁴Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi, İstanbul
· mh.yildirim61@gmail.com · ORCID > 0000-0002-9332-5861

⁵Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi, İstanbul
· zbuyukyilmaz@gmail.com · ORCID > 0000-0003-2734-2273

⁶Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, İstanbul
· seyhanerinh@gmail.com · ORCID > 0000-0001-8656-4613

⁷Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, İstanbul
· karavusmelda@gmail.com · ORCID > 0000-0003-2629-2374

Makale Bilgisi/Article Information

Makale Türü/Article Types: Araştırma Makalesi/Research Article

Geliş Tarihi/Received: 29 Nisan/April 2022

Kabul Tarihi/Accepted: 25 Şubat/February 2023

Yıl/Year: 2023 | **Cilt – Volume:** 8 | **Sayı – Issue:** 1 | **Sayfa/Pages:** 277-294

Atıf/Cite as: Ataoğlu, B.N., Kutlu, Önder, C., Acinikli, M., Yıldırım, M., Büyükyılmaz, Z., Hıdıroğlu, S. ve Karavus, M. "Toplumdaki Genç Yetişkinlerin Obeziteye Yaklaşımının Değerlendirilmesine Yönelik Niteliksel Bir Çalışma"
Samsun Sağlık Bilimleri Dergisi 8(1), Nisan 2023: 277-294.

Sorumlu Yazar/Corresponding Author: Beyza Nur ATAĞLU

Yazar Notu/Author Note: "Bu çalışma 5. Uluslararası 23. Ulusal Halk Sağlığı Kongresinde bildiri olarak yayınlanmıştır."

TOPLUMDAKİ GENÇ YETİŞKİNLERİN OBEZİTEYE YAKLAŞIMININ DEĞERLENDİRİLMESİNE YÖNELİK NİTELİKSEL BİR ÇALIŞMA

ÖZ

Amaç: Bu araştırmayla genç yetişkinlerin obeziteye ve olası stigmaya ilişkin bilgi, tutum ve yaklaşımlarının derinlemesine görüşmeler ile niteliksel olarak ortaya konması amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmada yarı-yapılandırılmış soru rehberi ile derinlemesine görüşme yöntemi uygulanmıştır. Araştırmaya sağlık çalışanı olmayan genç yetişkinler (18-35 yaş) gönüllülük esasıyla dahil edilmiştir. Görüşmeler Mayıs 2021'de çevrimiçi olarak gerçekleştirilmiştir. Toplam 10 katılımcıyla görüşme yapılmıştır. Yapılan görüşmelerin transkriptlerinin tamamlanmasının ardından görüşmeleri yapan araştırmacılar tarafından Atlas.ti programı ile fenomenolojik analiz yapılarak kod listesi oluşturulmuş, elde edilen kodlara göre ana temalar ve alt temalar oluşturulmuştur.

Bulgular: Araştırmaya katılanların beşi erkek beşi kadın olup yaş ortalaması 32,9'dur. Katılımcıların yarısından fazlası obezitenin tanımına ilişkin gerçeğe yakın bilgiye sahipti. Katılımcıların yarısı obez bireylerin arkadaşlık ilişkilerinin obezitesinden etkilenmediğini ancak çoğunluğu romantik ilişkilerinin etkilendiğini düşünmekteydi. Katılımcıların çoğunluğu obez bireylerde özgüven eksikliği olduğunu düşünmekteydi. Katılımcıların neredeyse tamamı obez bireylerin fiziksel güç gerektiren işlerde zorlanacağını ve neredeyse yarısı obez bireylere masabaşı bir iş vereceklerini söylemiştir. Çoğunluk obezitenin hiçbir avantajının olmadığını yalnızca bir katılımcı askere gitmemenin, bir katılımcı cinsel tacizi önlemenin ve bir katılımcı çocuklukta heybetli durmanın avantaj olabileceği görüşündeydi. Katılımcılar, ailenin bireyleri sağlıksız beslenmeye yönlendirmesinin yanında toplumun yemek kültürünün de obezite gelişiminde etkisi olduğunu ifade etmişlerdir. Katılımcıların çoğunluğu obez erkeklerin daha az stigmatize edildiğini, kadınların ise bir kalıba sokulmaya çalışıldığını belirtmiştir. Obeziteye yönelik stigmatizasyonun aşılması için katılımcıların yarısından fazlası toplumun eğitimi ve bilinçlendirilmesi gerektiğini belirtmiştir.

Sonuç ve Öneriler: Obez bireylerin eğitim ve çalışma hayatında diğer herkesle eşit fırsatlara ulaşabilmesi önemlidir. Eğitim kurumlarının ve medyanın desteği ile obezite farkındalığı artırılarak stigmanın önüne geçilebilir.

Anahtar Kelimeler: Niteliksel Araştırma; Obezite; Stigma.



A QUALITATIVE STUDY TO EVALUATE YOUNG ADULTS' APPROACH TO THE OBESITY

ABSTRACT

Aim: It was aimed with this study to present the young adults' knowledge, attitude and behavior about obesity and possible stigma by qualitatively study.

Methods: In this study it was used in depth interview method with semi-structured questionnaire. Participants is selected from young adults (18-35) in the community by voluntary. It was interviewed online with 10 participants in May 2021. After the transcripts of the interviews were completed, a code list prepared with phenomenal analysis and the themes were set to the given codes.

Results: Five of the participants were men and five were women. The average age was 32.9. Not all the participants knew the definition of obesity. Half of the participants thought that obese individuals' friendships were not affected by their obesity, but their romantic relationships were affected. The majority thought that there were a lack of self-confidence in obesese. Almost all of the participants said that obesese would have difficulty in jobs requiring physical strength and almost half of them would give obesese a desk job. The majority said there were no advantages of obesity, only one participant thought that not going to the military; one standing imposing in childhood; and one preventing sexual harassment could be an advantage. All of the participants stated that the family's eating habits had an effect on obesity. More than half stated that the food culture of the society had also an effect. The majority stated that obese women are tried to be stereotyped. More than half of the participants stated that in order to overcome the obesity stigma, awareness of the society should be raised.

Conclusions and Suggestions: It is important that obesese to reach equal opportunities with everyone else in education and working life. Obesity stigma can be prevented with increasing awareness with media and educational institutions' support.

Keywords: Obesity; Qualitative Research; Stigma.



GİRİŞ

Obezite dünya çapında yaygın olarak görülen ve Türkiye'de giderek artmakta olan bir halk sağlığı sorunudur. Dünya Sağlık Örgütü'ne (2022) göre Dünya'da 1 milyardan fazla obez bulunmaktadır. Türkiye'de ise nerdeyse her 3 kişiden biri

obeziteyle mücadele etmektedir (HSGM, 2017). Obezite, alınan enerjinin harcanan enerjiden fazla olması böylece beden yağ dokusunun artmasıdır. Fiziksel sorunların yanında, psikolojik ve sosyal sorunlara da neden olabilmektedir (Talen & Mann, 2009).

Literatürde obez bireylerde gözlenen benlik saygısını araştıran çalışmalar yer almaktadır (Ata ve ark., 2014; Hamurcu, 2014; Hamurcu ve ark., 2015; Elçi Boğaz ve ark., 2019; Öngören, 2015). Çalışmalar, obez bireylerin benlik saygısının normal kilolu bireylere göre genel anlamda düşük olduğunu göstermektedir (Hamurcu, 2014). Yapılan çalışmalarda benlik saygısının yaşa ve cinsiyete göre değiştiği de görülmektedir (Hamurcu ve ark., 2015). Van Hout ve arkadaşları, morbid obezitenin benlik saygısını düşürmesinin yanında, düşük benlik saygısının da obezitenin artmasına katkıda bulunduğunu ileri sürmektedir (van Hout ve ark., 2004). Ayrıca beden algısının ise morbid obez olanlarda daha düşük olduğunu ortaya koyan çalışmalar bulunmaktadır (Abilés ve ark., 2010; Hamurcu ve ark., 2015; Sarısoy ve ark., 2013). Günümüzde beden algısının psikososyal sağlık üzerinde etkili olduğu bilinmektedir (Sujoldzić & De Lucia, 2007). İnce olmak daha güzel olarak nitelendirilmekte, kilolarına dikkat edenlerin kendilerine daha çok değer verdikleri düşünülmektedir (Hamurcu, 2014; Öngören, 2015). Obez bireyler ise birçok toplumda tembel, çirkin, aptal olarak etiketlenilmekte, bu yüzden alay konusu olabilmektedirler (Hamurcu, 2014).

Stigmatizasyon, bireye yönelik etiketleme, tek-tipleştirme, önyargılı yaklaşımlardır (Goffman, 1963). Zaman zaman insanlar obez bireyler hakkında olumsuz düşüncelere sahip olup onları stigmatize edebilmekte; hatta obeziteleurinin sebebinin kişisel kontrol bozukluğu olduğuna inanıp bu kişileri suçlama eğilimi gösterebilmektedirler (Jeppsson, 2015; Puhl & Brownell, 2001). Bu durum bireylerin sosyal ilişkilerinde, eğitim ve iş hayatında olumsuz etkiler yaratabilmektedir (Jeppsson, 2015; Taşkın Yılmaz ve ark., 2013). Obez bireyler, maruz kaldıkları stigmatizasyon nedeniyle fiziksel problemlerin yanında ruhsal problemlerle de mücadele etmek zorunda kalmaktadırlar (Jeppsson, 2015; Taşkın Yılmaz ve ark., 2013).

Obez bireylerin uğradıkları stigmatizasyon kendilerine olan inançlarını ve yaşam kalitelerini etkileyebilir. Obezitesi olan kişiler damgalanabilir, sosyal olarak önemsiz hale getirilebilir ve toplum dışına itilebilirler. Obez bireyler de dahil olmak üzere sağlık otoriteleri tarafından toplumdaki tüm bireyler için olumsuz sağlık davranışlarının nedenleri saptanmalı, sağlıklı davranışları ve yaşam şeklini teşvik edecek eğitim, yardım ve uygun çevresel şartlar sağlanmalıdır (Puhl & Brownell, 2001; Sadock ve ark., 2000).

Bu araştırmayla genç yetişkinlerin obezite ve olası stigmaya ilişkin bilgi, tutum ve yaklaşımlarının derinlemesine görüşmeler ile niteliksel olarak ortaya konması amaçlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın Tipi

Niteliksel (kalitatif) tipte bir araştırma olan bu çalışmada yarı-yapılandırılmış soru rehberi ile derinlemesine görüşme yöntemi uygulanmıştır.

Araştırmanın Örnekleme

Katılımcılar çalışmaya sağlık çalışanı olmayan genç yetişkinlerden (18-35 yaş) gönüllülük esasıyla dahil edilmişlerdir. Gözle görülür obezitesi olmayan gençler henüz fiziksel sağlık sorunları gelişmedikleri düşüncesiyle daha tarafsız davranabileceği olasılığından hareketle çalışmaya dahil edilmişlerdir. Oysa gözle görülür obezitesi olan bireyler tarafı olabilecekleri düşüncesiyle çalışmaya dahil edilmemişlerdir. Sağlık çalışanlarının ise obezitenin yaratacağı fiziksel sağlık sorunlarını bilebileceği, fark etmeden de olsa obez bireylere karşı tarafı davranabileceği araştırma kapsamı dışında tutulmuşlardır. Araştırmanın 18-35 yaş genç yetişkinlerden oluşması planlanmış ancak gönüllülük esasıyla araştırmaya katılmayı kabul eden katılımcılardan en düşük yaş 21 olup katılımcıların yanıtlarının doygunluğa ulaşması nedeniyle 10 katılımcıyla veri toplama tamamlanmış ve ayrıca 18 yaş için bir arayışa girilmemiştir. Literatür incelemesinde, toplumda kadınlarda obezitenin daha zor kabulü, oysa erkeklerde daha kabul edilebilir algılanması bilgisinden hareketle çalışmada kadın-erkek sayısının eşit tutulmasına karar verilmiştir.

Verilerin Toplanması

Hem kadın hem erkek araştırmacılar hem erkek hem kadın katılımcılarla görüşme gerçekleştirmiştir. Görüşmeler Mayıs 2021'de pandemi nedeniyle çevrimiçi olarak gerçekleştirilmiş, katılımcının onayıyla ses kaydı alınmış daha sonra yazıya geçirilmiştir. Her biri 30-40 dakikalık görüşmeler olmak üzere toplam 10 katılımcıyla görüşme yapılmıştır. Görüşmeler bu konuda eğitim almış 4 araştırma üyesi tarafından gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara görüşmenin ilk kısmında sosyo-demografik özelliklerini içeren mini anket uygulanmış, katılımcılara görüşmenin anonim kalacağına dair güvence verilmiş ve kendilerini daha rahat hissetmeleri sağlandıktan sonra obezite hakkındaki bilgileri ve obez bireylerle olan deneyimleriyle ilgili yarı-yapılandırılmış sorular yöneltilmiştir. Yarı-yapılandırılmış sorular araştırmacıların daha önce benzer konuda yaptıkları niceliksel (tanımlayıcı) çalışmaların ve literatürün ışığında hazırlanmıştır.

Verilerin Değerlendirilmesi

Yapılan görüşmelerin kayıtları aynı gün içerisinde görüşmeyi yapan araştırmacılar tarafından transkript haline getirilmiştir. Görüşmelerin transkriptleri toplam

52 sayfalık veri haline getirilmiştir. Yapılan görüşmelerin transkriptlerinin tamamlanmasının ardından görüşmeleri yapan araştırmacılar tarafından Atlas.ti programı ile fenomenolojik analiz yapılarak kod listesi oluşturulmuştur. Tüm kodlamalar tamamlandıktan sonra araştırmadan elde edilen kodlara göre ana temalar ve alt temalar oluşturulmuştur.

Araştırmanın Etiği

Bu çalışma Helsinki bildirgesi ilkelerine uygun olarak ve yerel etik komiteden onay alınarak planlanmıştır (09.2021.613/07.05.2021).

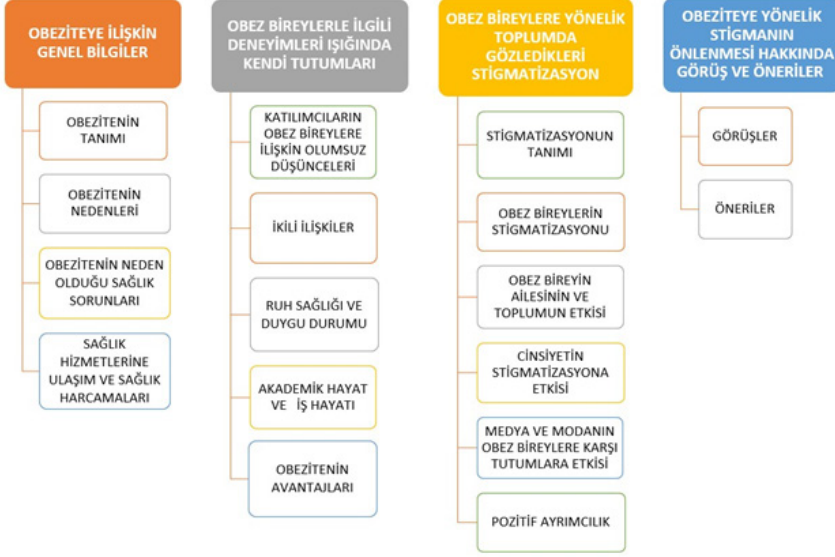
BULGULAR

Çalışmaya beş erkek beş kadın katılımcı katılmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması 32,9'dur (minimum 21- maksimum 35). Katılımcıların dördü mevcut kilosundan memnundur. Katılımcıların ikisi hayatının bir döneminde obez olmuştur, sekiz kişinin ise yakın çevresinde en az bir obez birey bulunmaktadır (Tablo 1). Bu çalışmada dört ana tema yer almaktadır: Obeziteye İlişkin Genel Bilgiler, Obez Bireylerle İlgili Deneyimleri Işığında Kendi Tutumları, Obez Bireylere Yönelik Toplumda Gözledikleri Stigmatizasyon, Görüş ve Öneriler (Tablo 2).

Tablo 1. Katılımcıların sosyodemografik özellikleri

	Cinsiyet	Yaş	Medeni Durum	Doğum-Yeri	Meslek	Hayatının Çoğunu Geçirdiği Yer	Hayatının Bir Döneminde Şişman Olma Durumu	Yakın Çevresinde Obez Biri Olma Durumu	Kendi Kilosu Hakkındaki Düşünceleri
K1	Kadın	30	Bekar	Kahraman Maraş	Öğretmen	İlçe	Hayır	Var	Kilosundan Şikayetçi
K2	Kadın	35	Evli	Kahraman Maraş	Devlet Memuru	Kasaba	Hayır	Var	Kilosundan Şikayetçi
K3	Erkek	24	Bekar	İzmir	Avukat	Kasaba	Bilmiyor	Var	Kilosundan Şikayetçi
K4	Kadın	21	Bekar	Kahraman Maraş	Öğrenci	Kasaba	Hayır	Var	Kilosundan Memnun
K5	Kadın	35	Evli	Trabzon	Gazete Yazarı	Kasaba	Evet	Var	Kilosundan Şikayetçi
K6	Erkek	30	Evli	Trabzon	Mühendis	Şehir Merkezi	Hayır	Var	Kilosundan Memnun
K7	Kadın	29	Evli	Rize	Mühendis	Şehir Merkezi	Hayır	Yok	Kilosundan Memnun
K8	Erkek	25	Bekar	Konya	Esnaf	İlçe	Hayır	Yok	Kilosundan Memnun
K9	Erkek	25	Bekar	Manc- hester	Mühendis	Şehir Merkezi	Hayır	Var	Kilosundan Şikayetçi
K10	Erkek	25	Bekar	Elazığ	Avukat	Şehir Merkezi	Evet	Var	Kilosundan Şikayetçi

K1: Katılımcı 1, K2: Katılımcı 2, K3: Katılımcı 3, K4: Katılımcı 4, K5: Katılımcı 5, K6: Katılımcı 6, K7: Katılımcı 7, K8: Katılımcı 8, K9: Katılımcı 9, K10: Katılımcı 10



Şekil 1. Genç yetişkinlerin obeziteye ilişkin tema ve alt temalar

Obeziteye İlişkin Genel Bilgiler

Obezitenin Tanımı

Katılımcılara obezitenin tanımına ilişkin görüşleri sorulduğunda katılımcıların yarısından fazlası obezitenin tanımına ilişkin gerçeğe yakın bilgiye sahipti. Katılımcıların yarıya yakını ise obeziteyi hastalık olarak görmektedir.

“Vücuttaki bir değişim, hastalık gibi tanımlayabilirim” (K6,E,30)

“Boy kilo oranına göre vücudun aşırı derecede yağ tutması” (K7,K,29)

Obezitenin Nedenleri

Obezitenin nedenleri sorulduğunda katılımcılar; sağlıksız beslenme, genetik yatkınlık, hareketsizlik ve kontrolsüz yeme durumlarının obeziteye neden olduğunu belirtmiştir. Ayrıca üç katılımcı obezitenin meydana gelmesinden aileyi sorumlu tutarken üç katılımcı da bunun obez bireyin suçu olduğunu dile getirmiştir.

“Sağlıklı olmayan beslenmeden kaynaklı aşırı kilo almış olabilir. Paketlenmiş gıdalar özellikle hani sağlıklı olmayan gıdalar dediğimiz. Sağlıklı yağların tüketilmesi, yenilen besin gruplarında olmaması gibi diyebiliriz.” (K1,K,30)

“Hareketsizlik, yeme dürtüsünü kontrol edememe, stres olabilir. Duygusal anlamda kendini yemek ile tatmin etme dürtüsü olabilir. Ayrıca psikolojik olarak zayıf insanlarda da bu mevcut. Biraz karakteri sağlam olmayan kişilerde gözlemlediğim bu şekilde” (K2,K,35)

“Aile sürekli çocuğuna hamburger gibi karbonhidratlı yiyecekler yediriyorsa çocuk da otomatikman zaten o şekilde beslenmiş oluyor.” (K5,K,35)

“İşte fiziksel aktivitelerin eksikliği olabilir. Çok monoton, durağan bir hayat yaşamak olabilir.”(K9,E,25)

Obezitenin Neden Olduğu Sağlık Sorunları

Obezitenin yol açtığı sağlık sorunları sorulduğunda katılımcıların çoğunluğu obezitenin kalp ve damar hastalıklarına neden olduğunu dile getirmiştir. Ayrıca üç katılımcı obezitenin diyabete yol açtığını dile getirmiştir.

“... diğer hastalıklar açısından diğer kalp hastalıkları, damar dolaşım problemleri gördüğüm kadarıyla.” (K2,K,35)

“Dezavantajları konusunda da beraberinde getirdiği sağlık sorunları ve psikolojik problemler diyebilirim. Diyabet, kalp hastalıkları gibi.” (K5,K,35)

“Obezitenin kalp damar hastalıkları oluşturduğunu tahmin ediyorum.” (K10,E,25)

Sağlık Hizmetlerine Ulaşım ve Sağlık Harcamaları

Katılımcıların çoğunluğu obez bireylerin sağlık hizmetlerine ulaşmada problem yaşamadığını ancak obez bireylerin sağlık harcamalarının normal bireylerden daha fazla olduğunu dile getirmiştir. Yalnızca bir katılımcı obez bireylerin sağlık harcamalarının normal bireylere göre daha az olabileceğini ifade etmiştir.

“Şişman olan insanlarda daha çok hastalık olabilir ondan dolayı daha çok doktora gidiyor olabilirler. Ya da diyetisyen için daha çok para harcıyor olabilirler. Beslenme tarzı açısından, zayıflamaya çalışırken, pahalı yiyecekler protein açısından pahalı yiyecekler aldıklarından dolayı fazla masraf olabilir.” (K4,K,21)

“Sağlık hizmeti açısından baktığımda da yani örneğin kişinin hastalığı fazla ilerlediyse ileri bir obezite ulaşım kolay olmayacaksa hastaneye sağlık merkezine ve bu noktada bir destek yoksa ilgili yerel birimde muhtemelen burada hiç harcamasını ve aktivitesini bile göremeyeceğiz.” (K7,K,29)

“Ulaşım imkanı olarak soruyorsa imkan olarak bir fark görmüyorum.” (K8,E,25)

Obez Bireylerle İlgili Deneyimleri Işığında Kendi Tutumları

Katılımcıların Obez Bireylere İlişkin Olumsuz Düşünceleri

Katılımcıların obez bireylere yönelik birçok olumsuz ifadesi olmuştur. Bu ifadelerden “obez bireylerin yeterince aktif olmadığı” katılımcıların çoğu tarafından dile getirilmiştir. Ayrıca katılımcıların yarısı bu bireylerin topluma karışmada güçlük çektiğini belirtmiştir.

“Özellikle dışarıya çıkmakta zorlandıkları için daha çok evde zaman geçirme gibi bir istekleri oluyor insanların arasına karışmakta zorlanabiliyorlar.” (K1,K,30)

“İnsan içine çıkma, insan ilişkilerinde bulunma korkusu, görüntü sebebiyle alay edileceği korkusuyla insanlarla bir araya gelmeye çekinebilir.” (K3,E,24)

İkili İlişkiler

Obez bireylerin ikili ilişkilerine dair görüşler sorulduğunda katılımcıların yarısı obez bireylerin arkadaşlık ilişkilerinin bu durumdan etkilenmediğini ancak çoğunluğu romantik ilişkilerinin etkilendiğini düşünmekteydi. Katılımcılardan dördü obez bireylere aşık olmanın mümkün olmadığını, üçü obez bireylerin bir ilişkiye başlamaya çekindiğini ayrıca üç katılımcı obez bireylerin karşı cins tarafından beğenilmediğini ifade etmiştir. Katılımcılardan biri ise obez bireylerin sadece obez bireylerle ilişki yaşayabildiğini vurgulamıştır.

“Fiziksel özelliklerigözönünde bulundurdıkları için kendileri kendini bu konuda tabi biraz geri çekiyor.” (K2,K,35)

“Yani kimse şişman bir insanla bir ilişki yaşamak istemez.” (K5,K,35)

“Eğer Ağır Yaşamlardaki gibi kilolardan bahsediyorsak yani o zaten bitmişlik seviyesine geliyor. Ne romantik ilişki ne arkadaşlık ilişkisi söz konusu olamaz gibi. Çünkü hareket dahi edemeyecek konuma geliyorlar.” (K6,E,30)

“Mesela bir kız, çocuktan hoşlandığında kilodan dolayı bir önyargı ile karşılaştığı zaman onun psikolojisi zaten kırılacağı için, özgüveni kırılacağı için ikinciye cesaret etmeye korkar.” (K8,E,25)

Ruh Sağlığı ve Duygu Durumu

Katılımcılara obez bireylerin ruh sağlıkları ve duygu durumları ile ilgili görüşleri sorulduğunda çoğunluğu obez bireylerde özgüven eksikliği olduğunu dile getirmiştir. Katılımcıların yarısı obez bireylerin içine kapanık ve zayıf bir kişiliğe sahip insanlar olduğu kanaatindeydi.

“Mesela çevredeki insanların bakışları özgüvensizlik hissi yaratıyor.” (K4,K,21)

Akademik Hayat ve İş Hayatı

Obez bireylerin akademik ve iş hayatlarıyla ilgili sorduğumuz soruların yanıtlarına göre katılımcıların yarısı obezitenin akademik hayatta kişilere bir engel oluşturmadığını düşünmektedir. Yalnız bir katılımcı olumsuz etkisi olduğunu düşünmekteydi. Katılımcıların neredeyse tamamı obez bireylerin fiziksel güç gerektiren işlerde zorlanacağını ve neredeyse yarısı kendi iş kollarını göz önünde bulundurarak yönetici olsalardı, obez bireylere masabaşı bir iş vereceklerini söylemiştir. Katılımcılardan iki kişi obez bireylerin iş kollarında daha yavaş çalıştıklarını bu yüzden performanslarının düşük olacağını belirtmiştir.

Akademik düzeyde önlerine çok bir şeyin geçeceğini düşünmüyorum açıkçası.” (K8,E,25)

“Bir mühendis yeri geliyor bazen sahaya inmesi gerekiyor. Şantiyeden şantiyeye koşturması gerekiyor. Çok fazla kilon olduğu zaman o bir sıkıntı. Olumsuz olabilir.” (K9,E,25)

“Fizik olarak efor sarf etmeleri gereken işlerde obezleri biraz geri planda bıraktım.” (K10,E,25)

Obezitenin Avantajları

Obezitenin avantajları sorulduğunda katılımcıların çoğunluğu obezitenin hiçbir avantajının olmadığını vurgulamıştır. Yalnızca bir katılımcı askere gitmemenin, bir katılımcı cinsel tacizi önlemenin ve bir katılımcı da çocuklukta heybetli durmanın avantaj olabileceği görüşündeydi.

“Mesela askerlikten yırtma avantajı bu olabilir.” (K6,E,30)

“Yani obezitenin bir avantajı yok aslında.” (K7,K,29)

“Küçük çocuklar kavga ederken daha güçlü görünür.” (K8,E,25)

“Bazı kadınlar küçük yaşta fizik en büyük olmanın, obez olmanın, kendilerine gelecek taciz tehditlerini bertaraf ettiklerini söylüyorlardı. Bu mesela ufak da olsa bir avantajı olarak söylenebilir.” (K10,E,25)

Obez Bireylere Yönelik Toplumda Gözledikleri Stigmatizasyon

Stigmatizasyonun Tanımı

Katılımcılara stigmatizasyonun tanımını sorulduğunda yalnızca iki kişi tanımını bilmediğini ifade etmiştir. Diğer katılımcıların hemen hepsi stigmatizasyonu “etiketleme” olarak tanımlamıştır.

“Yani işte şişman zayıf mesela damgalama değil mi zaten ya da güzel çirkin damgalamadır.” (K5,K,35)

“Yani etiketleme yaftalama diye çoğaltabiliriz.” (K7,K,29)

Obez Bireylerin Stigmatizasyonu

Katılımcılara obez bireylere yönelik yapılan stigmatizasyon sorulduğunda çoğu direkt bir stigmatizasyona şahit olduğunu dile getirmiştir. Bu şahit olan katılımcılardan tamamı obez bireylerin toplumdan dışlandığı düşüncesindeydi. Katılımcıların yarısından çoğu obez bireylerle toplumda dalga geçildiğini ve şişko gibi lakaplarla hor görüldüklerini belirtmiştir. Katılımcılardan üçü ise ayrıca çocuklarda görülen akran zorbalığının yetişkinlere oranla daha fazla olduğunu dile getirmiştir.

“Aslında hani biz bile kendi arkadaş grubumuz da şakalaşmak amaçlı birbirimize şişko ve benzeri tabirleri kullanıyoruz.z Benim bir arkadaşımın mesela takma adı şişko ama hani bundan onun alınmadığını düşündüğümüz için kullanıyoruz.” (K6,E,30)

“Arkadaşları tarafından dalga geçilme ihtimali vardır. Her şişman çocuk bunu büyük ihtimalle yaşamıştır. İşte lakaplar takılır ya.” (K9,E,25)

Obez Bireyin Ailesinin ve Toplumun Etkisi

Katılımcıların tamamı ailenin sağlıksız beslenmeye yönlendirmesinin obeziteye etkisi olduğunu aktarmışlardır. Yarısından fazlası ise toplumun yemek kültürünün obeziteye etkisi olduğunu ifade etmiştir.

“Çünkü ailenin yediği belli besin gruplar varsa çocukluktan itibaren de onlara alışkanlık gibi bir durum oluşuyor.” (K1,K,30)

“Ülkenin özellikle yeme alışkanlıkları kültürü de çok önemli mesela bizim ülkemizde bile doğuda daha yağlı yiyecekler daha ağır yiyecekler tüketilirken Ege’de biraz daha zeytinyağlı tarzı hafif yiyecekler tüketiliyor.” (K5,K,35)

Cinsiyetin Stigmatizasyona Etkisi

Katılımcıların tamamına yakını obeziteye karşı uygulanan stigmatizasyona cinsiyetin etkisi olduğunu ifade etmiştir. Katılımcıların çoğunluğu obez erkeklerin daha az stigmatize edildiğini ve kadınların bir kalıba sokulmaya çalışıldığını belirtmiştir. Katılımcılardan ikisi obez olmanın erkek için daha iyi olduğunu aktarırken bir katılımcı cinsiyetin obeziteye dair stigmatizasyonu etkilemediğini dile getirmiştir.

“Bizim kültürümüzde özellikle kadınlar sürekli bir kalıplara sokulmaya çalışıldığı için belli bir kalıp vardır ve kadın ona uymak zorundadır 90-60-90 gibi” (K5,K,35)

“Erkek için büyük olmak, hacmi en büyük olmak güzel tarif edilebilir.” (K10,E,25)

Medya ve Modanın Obez Bireylere Karşı Tutumlara Etkisi

Katılımcılara medya ve modanın, toplumun obez bireylere karşı tutumuna etkisi sorulduğunda tamamına yakını olumsuz etkilerinden bahsetmiştir. Katılımcıların yarısı modanın zayıf insanlar için var olduğunu, yarıya yakını ise obez bireylerin kıyafet bulmada zorluk yaşadıklarını dile getirmiştir. Üç katılımcı medya ve modada fit vücudun özendirildiğini, iki katılımcı obez oyuncu/ manken olmadığını ifade etmiştir. Ayrıca katılımcıların yarısı son zamanlarda moda ve medyada obeziye karşı bilinç artışı olduğunu aktarmıştır.

“Sosyal medya, televizyon diyelim hani oradaki reklamlar yani bu konuda en azından son yaşadığımız yıllarda biraz daha bilinç düzeyi artmış durumda eskisi kadar kötü bir şey görmedim gibi ama yakın zamanlarda yani ama şöyle bir algı var 0 beden algısı obezite insanların mesela giyim konusunda biraz o insanların mesela daha böyle kendilerini soyutlanmış dışlanmış gibi hissetmesini sağlıyor olabilir bu algı mesela hani son yıllarda belki biraz kırılmaya başlandı yavaş yavaş bazı firmalar markalar öncülüğünde...” (K2,K,35)

“İnsanların moda ile ilgili anlayışları çok farklı kıyafetlerden oluşuyor. Ancak bu kıyafetlerin hitap ettiği kitle asla obezler değil.” (K3,E,24)

“O az önce bahsettiğim 90-60-90 kalıbını bugünlerde yıkmaya başladığımızı düşünüyorum; modanın son yıllarda obez bireylerin değişik giyebileceği yönünde evrildiğini düşünüyorum.” (K5,K,35)

“Zaten belli bir bedeni üzerindeki insanlar normal avm'lere gittiklerinde kendilerine giyecek bir şeyde bulamıyorlar.” (K6,E,30)

“Hiç obez birisinin mankenlik yaptığını ya da oyunculukta yakışıklı rolü oynadığını falan göremiyoruz.” (K8,E,25)

Pozitif Ayrımcılık

Katılımcılardan üçü bazı konularda obez bireylere pozitif ayrımcılık (toplu taşımada yer verilmesi, iş yerlerinde uygun iş dağılımının yapılması) uygulandığını belirtmiştir.

“Otobüslerde, toplu taşımalarda falan çabuk yoruldukları için, diz problemleri ağrıları olduğu için pozitif ayrımcılık olarak gördüğüm böyle yer gösterme gibi şeyler oluyor çevrede.” (K2,K,35)

“Olumlu ayrımcılığa bakarsak şirkette kilolu insanları yani merdiven çıkamayacak kadar kilolu olanları daha alt katlardaki ofislerin verdiğini biliyorum. Bu pozitif bir ayrımcılık mesela. İyi bir şey mi onlar için o da tartışılır. Daha çok hareket etmeleri gerekirken onları rahata alıştırmaktan başka bir yararı olmuyordur diye düşünüyorum.” (K7,K,29)

Obeziteye Yönelik Stigmanın Önlenmesi Hakkında Görüş ve Öneriler

Görüşler

Katılımcılara obeziteye karşı stigmatizasyona ilişkin genel görüşleri sorulduğunda üçü obeziteyi sağlık açısından olumsuz durumlarla kıyaslamıştır, üçü obezitenin toplum sağlığı problemi olduğunu belirtmiş, biri ise beden olumlama ilgili görüşlerini aktarmıştır. Ayrıca bir katılımcı obez bireylere yönelik baskının gerekli olduğunu, obez bireylere yönelik stigmatizasyonun obez bireylerin faydasına olduğunu ifade etmiştir.

“Yeri geldiğinde sigaradan da alkolden de daha ölümcül olmasına rağmen sosyal medyada ve diğer yayın organlarında fazla dillendirildiğini düşünmüyorum.” (K6,E,30)

“Body positiviting diyorlar. İşte kilolu insanları rahat bırakın gibi ama bu kilolu insanı rahat bırakalım. İyi, güzel, hoş ama bir yerden sonra iş şeye de dönmessin. Yani kimse nasıl olsa bir şey demiyor. Yedikçe yemeye devam et.” (K9,E,25)

“Yani bu damgalama sanki bir nebze olsun olumlu sayılabilecek bir şey olabilir bana kalırsa. Yani tamamen ben bunu bir kötü ifade olarak algılamıyorum. Yani kötü olarak çok fazla algılamadığım için bunun da çözülmesi gereken, bunun önüne geçilmesi gereken bir şey olarak görmüyorum.” (K10,E,25)

Öneriler

Obeziteye yönelik stigmatizasyonun aşılması için katılımcıların yarısından fazlası toplumun eğitimi ve bilinçlendirilmesi gerektiğini, üç katılımcı obez bireylerin tedavi altına almalarının, iki katılımcı obez bireylerin topluma kazandırılması, bir katılımcı ise obez bireyleri damgalayan kişilerin toplumdan dışlanması gerektiğini ifade etmiştir. Katılımcıların bir kısmı obezitenin önlenmesini öneriyor ve obez bireylerin devlet ve toplum tarafından zayıflamaları için desteklenmesi gerektiğini düşünüyordu.

“Biz bunu mesela okulda çocuklarımıza ders olarak da aldırabiliriz. Yani bu obezite olsun ya da diğer ayrımcılıklar olsun her şey için bu damgalamanın önüne geçebilmek için Bu ders olarak anlatılabilir; çünkü buna sıfırdan başlamak gerekiyor; sonradan öğretmek insanlara anlatmak çok zor. Ama bunu birinci sınıfa başlayan bir çocuğa derste çokgüzel anlatılabilir ve bence çok faydalı olacaktır.” (K5,K,35)

“Toplumda bu bilgilendirmeyi çok daha fazla yaparak bunların önüne geçebiliriz;çünkü karşı tarafında bir birey olduğunu bu hastalıktan muzdarip olduğunu ve belki de onunla mücadele etmeye çalıştığının unutulmaması gerekiyor Bunun hatırlatılması lazım; o bilinç kazandırıldığında bunun azalacağını düşünüyorum.” (K7,K,29)

“Yani bunun medyada tamamen artık obez bireylerin dizilerini çevirmekten ziyade normalleştirip ayriyeten tedavi aldığı bir ortam oluşturulması gerektiğini düşünüyorum.” (K8,E,25)

“Sağlık Bakanlığı ve Milli Eğitim Bakanlığı ortak çalışmalar düzenleyebilirler. Obezitenin belki erken fark edilmesi bir çok şeyi de önleyebilir; hastalığı, rahatsızlığı da önleyecektir diye düşünüyorum.” (K3,E,24)

“Onlara yardım edebiliriz; bu durumdan kurtulmak için. Spor açısından ücretsiz eğitim verilebilir spor salonlarında. Genelde pahalı oldukları için gidemiyorlar. Sağlık kuruluşlarında onlara maddi açıdan destek verecek bir şey olabilir. Mesela diyetisyene falan gittiğinde onlara yardım edilebilir. İndirim tarzı şeyler yapılabilir.” (K4,K,21)

TARTIŞMA

Bu araştırmaya göre genel olarak obezitenin tanımının bilindiği, bir hastalık olarak görüldüğü, sağlık sorunlarına yol açabileceğinden, obeziteyi yaşam tarzından ziyade kurtulunması gereken bir durum olarak düşündükleri ortaya çıkmıştır. Bireylerin beslenme bilgi düzeyleri ve vücut kitle indeksleri cinsiyet başta olmak üzere sosyodemografik özelliklerden etkilenmektedir (Güngör ve Atasoy, 2022; Keskin ve ark., 2022). Obezite oranlarındaki artış sağlıklı beslenme ve obezite ile ilgili farkındalığın artırılması gerekliliğini doğurmaktadır. Obeziteyle mücadelede farklı gruplara yönelik ve multidisipliner yaklaşımlar gerekmektedir (Ünlü ve Deniz, 2022).

Obezitenin neden ve sonuçları açısından neredeyse tüm katılımcılar bilgi sahibiydi. Sağlıksız beslenme, genetik yatkınlık, hareketsizlik ve kontrolsüz yeme durumu en sık dile getirilen obezite nedenleri arasındayken, obezitenin sonuçları arasında kardiyovasküler problemler ve diyabet yer almaktaydı. Puhl ve arkadaşlarının (2001) yaptığı araştırmada obezitenin en önemli nedenlerinin kişiye ait olan yeme düzeni, hareket miktarı olmasına rağmen bu araştırmada hayat tarzının yanı sıra genetik özelliklerin obezitede etkili olduğundan bahsedilmiştir. Sosyal medya

paylaşımlarıyla yürütülen bir çalışmada katılımcılar obezitenin nedeni olarak kötü beslenmeyi ve obez bireyleri stigmatize etmenin onları daha sağlıklı yapmayacağını vurgulamışlardır (Chen et al., 2018).

Obez bireylerin ilişkilerinde çekingen ve sosyal olarak yeterince aktif bireyler olmadıkları bu araştırmadaki hakim görüşlerdendi. Obez bireylerin ikili ilişkilerde de normal insanlara göre daha fazla zorluk çektikleri çoğu katılımcı tarafından dile getirilmiştir. Obezitenin sosyal hayat (romantik ilişkiler, arkadaşlık ilişkileri gibi) başta olmak üzere, iş ve akademik hayatlarını etkilediği katılımcıların geneli tarafından dile getirilmiştir. Birçok katılımcımız ikili ilişkilerde obez bireylerin normal kilolu insanlara göre daha fazla zorluk çektiklerini ifade etmişlerdir. Toplumdaki stigmatizasyon obez bireylerin psikolojilerini olumsuz yönde etkilemekte ve sosyal ilişkilerini kısıtlamaktadır (Puhl & Brownell, 2003; Sadock ve ark., 2000).

Genel olarak katılımcılar obezitenin hiçbir avantajı olmadığı kanaatinindedir. Ancak bazı katılımcılar iş yerlerinde, toplu taşımada obez bireylere yönelik düzenlemeler yapılmasının ya da obez erkek bireyler için askerlik yapmamanın birer avantaj olarak sayılabileceğini dile getirmiştir. Obez bireylerle yürütülen çalışmalarda bu çalışmanın sonuçlarından farklı olarak obez bireyler fazla kilolarından dolayı olumlu ayrımcılığa maruz kaldıklarını düşünmemekte, yaşadıkları olumsuz durumlara değinmektedir (O'Donoghue et al., 2011; Lewis et al., 2021). Bu durum mücadele etmek zorunda kaldıkları stigmatizasyon nedeniyle obeziteyi olumsuz bir durum olarak görmeleriyle ilişkilendirilebilir.

Katılımcıların hemen hepsi stigmatizasyonu 'etiketleme' olarak tanımlamıştır. Katılımcıların çoğunluğu obez bireylere yönelik bir stigmatizasyona şahit olmuş, obez bireylerin toplumdan dışlandığını gözlemlemiştir. Obez bireylerle dalga geçilmekte, obez bireylere lakap takılmaktadır. Obez çocuklar akran zorbalığına maruz kalmaktadır. Obez kadınlar erkeklere oranla daha fazla stigmatize edilmektedir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre moda ve medya obez bireylerin stigmatizasyonu olumsuz yönde etkilemektedir. Modern yaşamda medyanın sağlık üzerinde etkileri artmaktadır (Çakır Aydın, 2012). Oysa medyanın özellikle sosyal medyanın doğru kullanım ile toplumun sağlık düzeyi ve farkındalığı artırılabilir. Medya, obez bireylere yönelik stigmatizasyonla mücadelede etkili olabilir (Korda & Itani, 2013).

Bu çalışmada katılımcılar, daha çok stigmatizasyon sebebiyle olmak üzere, obez bireyleri özgüveni düşük, içine kapanık ve zayıf kişiler olarak tanımlamışlardır. Obeziteye dair stigmatizasyonla ilgili araştırmalarda hakim görüş, obez bireylerin toplumda tembel, özverisiz, sorumsuz, özgüvensiz, başarısız bireyler oldukları yönündedir (Demiral, 2020; Puhl & Brownell, 2001). Obez bireyler stigmatizasyona uğradıkları veya toplumdan dışlandıkları için söz konusu kişilik özelliklerini geliştirememektedir (Crandall & Biernat, 1990). Obezite stigmatizasyonu sonucunda obez bireylerde stres ve toplumdan dışlanmış hissi oluşmaktadır (Jeppsson, 2015;

Puhl & Heuer, 2010). Bireylerde motivasyon kaybına olmakta ve obezite ile mücadele olumsuz yönde etkilenmektedir.

Bireylerin obez olmalarında, ailenin ve yaşadığı ülkenin yemek kültürünün etkili olduğu katılımcılar tarafından ifade edilmiştir. Çocuklarda obezitenin nedenlerinden biri ailedir (Dişçigil, 2007). Aile yapısı ve ebeveyn alışkanlıkları çocukların yeme davranışlarını belirlemekte ve kilosunu etkilemektedir (Dişçigil, 2007; Talen & Mann, 2009). Bireylerin fazla kilolarından dolayı uğradıkları stigmatizasyon daha fazla yemelerine ve böylece daha fazla stigmatize olmalarına sebep olmaktadır (Puhl & Suh, 2015).

Ball ve arkadaşları (2004) obez genç kadınlarda yaptıkları çalışmada kadınların aile ilişkilerinde, romantik ilişkilerinde ve çalışma hayatlarında daha doyumsuz olduklarını bildirmiştir. Neredeyse tüm katılımcılar, obezitenin bireylerin yaşamına etkisinin cinsiyete göre fark ettiğini düşünmekteydi. Obezite prevalansı cinsiyete göre farklılık göstermektedir. Türkiye'de kadınlarda obezite, erkeklere oranla daha yüksektir (Ural ve ark., 2018). Kadın obez bireyler toplum tarafından erkeklere oranla daha fazla yargılanmaktadır. Erkek bireylerin kadınlar kadar baskıya maruz kalmadıkları hatta yer yer obezitenin onlara yakıştırıldığı görülmektedir. Obezitede cinsiyetin etkisi toplumdan topluma farklılık göstermektedir. Gelişmiş toplumlarda sosyal statüyle obezite doğru orantı göstermektedir. Sosyal statüsü erkekten düşük olarak algılanan kadınlar obezitenin olumsuz etkilerine daha fazla maruz kalıyor daha fazla etiketleniyor olabilir. Bazı toplumlarda kadınlara zayıf olmaları yönünde baskı kurulmaktadır (Kanter & Caballero, 2012). Bazı kültürel inançlar tam tersine cinsiyetin obeziteye etkisini kadınlar için olumlu yönde değiştirebilmekte ve obezite kadınlarda istenen bir durum olarak ortaya çıkabilmektedir (Brown, 1991). Kırsal bölgelerde yaşayan toplumlarda kadınların zayıf olması, infertilite gibi birtakım hastalıklarla ilişkili görülebilmekte, kilolu olması sağlıklı ve tarımla uğraşacak kadar güçlü olarak yorumlanabilmektedir (Brown, 1991; Kanter & Caballero, 2012).

Bu çalışmada obezitenin bir halk sağlığı problemi olduğu ve toplumun bu konuda bilinçlendirilmesi gerektiği katılımcılar tarafından dile getirilmiştir. Obezite ve obeziteye dair stigmatizasyonla mücadelede atılacak en büyük adım eğitim olarak ifade edilmiştir. Küçük yaşlardan itibaren okullarda bu bilincin oluşturulması gerektiği vurgulanmıştır. Medya, eğitim, sağlık ve özellikle kamu kuruluşlarının desteği ve sektörler arası iş birliği gerektiği düşünülmektedir. Amerika'da yapılan bir çalışmada, obeziteye karşı stigmatizasyonla savaşta en önemli rolün sağlık sektöründeki bariyerlerin aşılması olduğu savunulmuştur (Kaplan ve ark., 2018).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak, eğitim kurumlarının ve medyanın desteği ile obezitenin nedenlerine yönelik farkındalık çalışmalarının artırılması stigmatizasyonu kırma yönünde faydalı olacaktır. Obez bireylerin eğitim ve çalışma hayatında diğer herkesle eşit fırsatlara ulaşabilmesi önemlidir. Bu süreçler gerçekleşirken obezitenin toplum sağlığı açısından titizlikle ele alınması ve toplumu obez bireyleri damgalamadan, dengeli beslenme ve fiziksel aktiviteye yönlendirecek adımlar atılması gerekmektedir.

Çıkar Çatışması

Yazarlar tarafsızlığı etkileyen veya etkileyebilecek herhangi bir şahsi çıkarıya sahip değildir.

Yazar Katkı Oranları

Çalışmanın Tasarlanması (Design of Study): BNA (%25), ŞCÖK (%25)
SH (%25), MK (%25)

Veri Toplanması (Data Acquisition) : BNA (%10), MA (%30), MY (%30)
ZB (%30)

Veri Analizi (Data Analysis) : BNA (%50), CÖK (%25), MK (%25)

Makalenin Yazımı (Writing up) : BNA (%80), MK (%20)

Makale Gönderimi ve Revizyonu (Submission and Revision) : BNA (%50)
MK (%25), SH (%25)

KAYNAKLAR

- Abilés, V., & Rodríguez-Ruiz, S., & Abilés, J., & Mellado, C., & García, A., Pérez de la Cruz, A., Fernández-Santaella, M.C. (2010). Psychological Characteristics of Morbidly Obese Candidates for Bariatric Surgery. *Obesity Surgery*, 20(2), 161-167.
- Ata, A., & Vural A., & Keskin F. (2014). Beden Algısı ve Obezite. *Ankara Medical Journal*, 14(3): 74 -84.
- Atasoy, S. & Güngör, A.E. (2022). Üniversite Öğrencilerinin Beslenme Bilgi Düzeyi ve Obezite Durumunun Değerlendirilmesi. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 16 (2), 340-349.
- Ball, K., & Crawford, D., & Kenardy, J. (2004). Longitudinal Relationships Among Overweight, Life Satisfaction, And Aspirations in Young Women. *Obesity Research*, 12(6), 1019-1030.
- Brown, P.J. (1991). Culture and the evolution of obesity. *Human Nature*, 2(1):31-57.
- Brownell, K.D., & Puhl, R.M., & Schwartz, M.B., & Rudd, L. (Eds.). (2005). *Weight Bias: Nature, Consequences, and Remedies*. New York: Guilford Publications.
- Chen, I., & Ng, H., & Chua, L., Loo, M., & Wong, P., & Chow, K. (2018). A Qualitative Study Of Obesity Perceptions In Social Media Through Twitter's Tweets, *International Journal Of Management, Economics And Social Sciences (IJMESS)*, ISSN 2304-1366. IJMESS International Publishers, Jersey City, NJ, Vol. 7, Iss. Special Issue, pp. 40-57.
- Crandall, C.S., & Biernat, M. (1990). The ideology of anti-fat attitudes. *Journal of Applied Social Psychology*, 20(3, Pt 2), 227-243.

- Aydın, M.Ç. (2012). Küresel Bir Kültür Olarak Fast Food, Televizyon İzleyiciliği, Reklamlar ve Obezite Sorunu. *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 101-119.
- Demiral, V. (2020). Obez Bireylerde Kiloyla İlişkili Kendini Damgalamanın Erken Dönem Uyumsuz Şemalarla İlişkisinin İncelenmesi. Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Dişçigil, G. (2007). Today's Epidemic In Childhood And Adolescence: Obesity. *Türk Aile Hek Derg.*, 11(2): 92-96.
- DSÖ (Dünya Sağlık Örgütü). (2022). WHO, News, World Obesity Day 2022- Accelerating action to stop obesity. <https://www.who.int/news/item/04-03-2022-world-obesity-day-2022-accelerating-action-to-stop-obesity>
- Elçi Boğaz, M., & Kutlu R., & Cihan F.G. (2019). Obezite ile yeme davranışı, beden algısı ve benlik saygısı arasındaki ilişki. *Cukurova Medical Journal*, 44(3):1064-1073.
- Hamurcu P. (2014). Obez Bireylerde Benlik Saygısı ve Beden Algısının Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Bilim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul
- Hamurcu, P., & Öner C., & Telatar B., & Yeşildağ Ş. (2015). Obezitenin Benlik Saygısı ve Beden Algısı Üzerine Etkisi. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, 19 (3): 122 - 128.
- HSGM (Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü). (2017). Obezite. <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/obezite/turkiyede-obezitenin-gorulme-sikligi.html>
- Goffman, E. (1963). *Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity*. New York: Simon and Schuster.
- Jeppsson, S. (2015). Obesity and Obligation. *Kennedy Institute of Ethics Journal*, 25(1): 89-110.
- Kanter, R., & Caballero, B. (2012). Global Gender Disparities in Obesity: A Review. *Advances Nutrition*, 3(4): 491-8.
- Kaplan, L.M., & Golden, A., & Jinnett, K., & Kolotkin, R.L., & Kyle, T.K., & Look, M., & Nadglowski, J., & O'Neil, P.M., & Parry, T., Tomaszewski, K.J., & Stevenin, B., & Lilleøre, S.K., & Dhurandhar, N.V. (2018). Perceptions of Barriers to Effective Obesity Care: Results from the National ACTION Study. *Obesity (Silver Spring)*, 26(1):61-69.
- Keskin Y, & Akar Y, & Erdem Ö, & Erol S. (2022). Yetişkinlerin Beslenme Bilgisi ve Besin Tercihleri ile Beden Kütle İndeksi Arasındaki İlişki:
- Kesitsel Bir Çalışma. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*; 15(2): 149-162.
- Korda, H. & Itani, Z. (2013) Harnessing Social Media for Health Promotion and Behavior Change Health Promotion Practice, 14:1, 15-23.
- Lewis, S., & Thomas, S.L., & Blood, R.W., & Castle, D.J., & Hyde, J., & Komesaroff, P.A. (2011). How Do Obese Individuals Perceive And Respond To The Different Types Of Obesity Stigma That They Encounter in Their Daily Lives? A Qualitative Study. *Social Science & Medicine*, 73 (9), 1349-1356.
- O'Donoghue, G., & Cunningham, C., & King, M., & O'Keefe, C., & Rofaeil, A., & McMahon, S. (2021). A qualitative exploration of obesity bias and stigma in Irish healthcare; the patients' voice. *PLoS one*, 16(11), e0260075. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0260075>.
- Öngören, B. (2015). Sosyolojik Açıdan Sağlıklı Beden İmgesi. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 16(34): 25-45.
- Puhl, R., & Brownell, K.D. (2001). Bias, discrimination, and obesity. *Obesity research*, 9(12): 788-805.
- Puhl, R., & Brownell, K.D. (2003). Ways of Coping With Obesity Stigma: Review and Conceptual Analysis. *Eating Behaviors*, 4(1): 53-78.
- Puhl, R.M., & Heuer, C.A. (2010). Obesity Stigma: Important Considerations for Public Health. *American journal of public health*, 100(6): 1019-1028.
- Puhl, R., & Suh, Y. (2015). Stigma and Eating and Weight Disorders. *Curr Psychiatry Rep* 17, 10, <https://doi.org/10.1007/s11920-015-0552-6>
- Sadock, B.J., Sadock, V.A., Ruiz, P. (2000). Kaplan & Sadock's Comprehensive Textbook of Psychiatry. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Sarısoy, G., & Atmaca, A., & Ecemiş, G., & Gümüş, K., & Pazvantoğlu, O. (2013). Obezite Hastalarında Dürtüsellik ve Dürtüsellüğün Beden Algısı ve Benlik Saygısı İle İlişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 14:53-61.
- Sujoldzic, A., & De Lucia, A. (2007). A Cross-Cultural Study Of Adolescents--BMI, Body Image And Psychological Well-Being. *Collegium antropologicum*, 31(1):123-30.
- Talen, M.R., & Mann, M.M. (2009). Obesity And Mental Health. *Prim Care*, 36(2): 287-305. doi: 10.1016/j.pop.2009.01.012. PMID: 19501244.
- Taşkın Yılmaz, F., & A. K. (2013). Obez Bireylerde Stigma. Diyabet, Obezite ve Hipertansiyonda Hemşirelik Forumu, 28-33.
- Ural, D., & Kılıçkap, M., & Gökşülük, H., & Karaaslan, D., & Kayıkçıoğlu, M., & Özer, N., & Barçın, C., & Yılmaz, M.B., & Abacı, A., & Şengül, Ş., & Arınsoy, T., & Erdem, Y., & Sanisoğlu, Y., & Şahin, M., & Tokgözoğlu, L. (2018). Türkiye'de Obezite Sıklığı Ve Bel Çevresi Verileri: Kardiyovasküler Risk Faktörlerine Yönelik Epidemiyolojik Çalışmaların Sistemantik Derleme, Meta-Analiz ve Meta-Regresyonu. *Türk Kardiyol Dern Ars*, 46(7): 577-590.

- Ünlü, T. N. & Deniz, D. (2022). Türkiye’de Uygulanan Obezite Politikaları; Almanya Uygulama Karşılaştırılması. *Selçuk Sağlık Dergisi*, 3 (1): 62-78.
- van Hout, G.C., & van Oudheusden, I., & van Heck G.L. (2004). Psychological Profile of The Morbidly Obese. *Obesity surgery*, 14(5): 579-88.