

Program Adı

Beslenme ve Diyetetik Yüksek Lisans - 2013

Tezin Adı

Yakın Doğu Üniversitesinde Okuyan Öğrencilerin Depresyon Ve Beslenme Durumlarının Belirlenmesi

Tezi Hazırlayan

Hatice BAYGUT

Danışman

Prof. Dr. Sevinç YÜCECAN

ÖZET

Bu araştırma, Yakın Doğu Üniversitesi öğrencilerinin depresyon ve beslenme durumlarının belirlenmesi amacıyla Haziran 2012 - Aralık 2012 tarihleri arasında 400 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Bunun için depresyon ve beslenme durumlarının belirlenmesine yönelik anket formu uygulanmış ve bazı antropometrik ölçümleri alınmıştır. Araştırma sonuçları öğrencilerin %39.5' inin minimal, %31.9' unun hafif, %25.3' ünün orta, %3.3' ünün şiddetli düzeyde depresif olduğunu göstermiştir. Genel olarak erkeklerin %48.3' ü, kızların ise %51.7' si depresiftir. Tüm sınıflar arasında %10 istatistiksel anlamlılık düzeyinde elde edilen toplam beç puanları açısından bir farklılaşma ($p=0.082$) belirlenmiştir. Beck sınıflamasına göre BKİ gruplamasının erkek ve kız dağılımları açısından farklılık taşımadığı bulunmuştur. Öğrencilerin %57' sinde duygusal durumlarından kaynaklanan yeme alışkanlığı davranışlarında değişim gözlemlenmiştir. Bireylerin Beck puan grupları bazındaki bir günlük enerji ve besin ögesi alımları ortalama ve standart sapma değerlerinde ki farklılığın ise karbonhidrat ($p=0.010$) için %1, enerji ($p=0.011$), bitkisel protein ($p=0,016$), yağ ($p=0,043$), B6 vitamini ($p=0.038$) ve folat ($p=0.046$) için %5, posa ($p=0,089$) için %10 düzeyinde anlamlı olduğu saptanmıştır. Beck puan sınıflamasına göre günlük enerji ve besin ögeleri tüketim durumlarının DRI' ya göre yeterlilik düzeyi farklılaşma göstermiştir ve bu farklılaşma B12 vitamini hariç hemen hemen tüm gruplarda %1 seviyesinde anlamlı ($p=0.000$) olarak saptanmıştır. Elde edilen sonuçlar depresyon ve beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişki hakkında önemli bilgiler vermektedir ve yeni çalışmalar için öncül olabileceği düşünülmektedir. Üniversite öğrencilerinin genel beslenme alışkanlıkları ile depresyon

arasındaki ilişkiyi belirleyen bu çalışmayı çeşitli yönlerden destekleyecek ve eksik yönlerini tamamlayacak, yeni benzer araştırma ve çalışmalar planlanmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Depresyon, beslenme, antropometrik ölçüm, vücut bileřimi