**Covid-19 pandemisinde yetişkin bireylerin besin gücü ölçeği ile belirlenen hedonik açlık düzeyleri ve beden kütle indeksi arasındaki ilişki**

**The relationship between adult individuals hedonic hunger levels determined by the food power scale and body mass index in covid-19 pandemia**

Çiler Özenir1, Kübra Taşdan2

1Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Kırıkkale, Türkiye

2Yozgat Bozok Üniversitesi Araştırma ve Uygulama Hastanesi, Çocuk Hastalıkları Kliniği, Yozgat, Türkiye

**Özet**

**Amaç:** Bu çalışmada Covid-19 pandemisinde yetişkin bireylerin besin gücü ölçeği (BGÖ) ile belirlenen hedonik açlık düzeylerinin ve beden kütle indeksiyle (BKİ) ilişkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

**Yöntem:** Çalışmaya Ocak 2021 tarihinde internet ortamındaki ankete katılmayı kabul eden 20-64 yaş 339 gönüllü yetişkin katılmıştır. Bireylere demografik özellikler ile “Besin Gücü Ölçeğini” içeren anket uygulanmış, vücut ağırlığı ve boy uzunluğu beyana dayalı alınmıştır. Türkçe geçerlilik güvenirliği Hayzaran ve Ok (2018) tarafından yapılan BGÖ; 3 alt faktör (besin bulunabilirliği, besin mevcudiyeti, besinin tadına bakılması) ve 5’li likert tipte 15 sorudan oluşmaktadır. Her bir soru 1’den (Hiç katılmıyorum), 5’e (Kesinlikle katılıyorum) kadar puanlandırılmaktadır. BGÖ değerlendirmesi 5 puan üzerinden yapılmaktadır, bu nedenle toplam puan madde sayısına bölünerek yorumlanmaktadır. BGÖ toplam puanı 2,5 ve üzerine çıktıkça bireylerin hedonik açlık düzeyi artmaktadır ve yüksek skorlar, bireyin besin ortamına karşı daha duyarlı olduğunu, psikolojik olarak besinler tarafından kontrol edildiğini göstermektedir. İstatistiksel analizler IBM SPSS 25.0 ile yapılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi p<0.05 olarak kabul edilmiştir.

**Bulgular:** Bireylerin %74.3’ü (n=252) kadın, %25.7’si (n=87) erkektir. Kadınların yaş ortalaması 31.10±9.47, erkeklerin 35.16±11.6 yaştır (Z=3.004, p=0.003). Kadınların %52.8’i, erkeklerin %58.6’sı düzenli fiziksel aktivite (FA) yapmaktadır (****0.890, p=0.346). Covid-19 pandemi öncesine kıyasla kadınların %78.6’sının, erkeklerin %69’unun FA düzeyi değişmiştir (3.282, p=0.070). FA düzeyi değişen kadınların %88.4’ünün, erkeklerin %90’ının FA düzeyi azalmıştır ( p=0.728). BKİ ortalaması kadınlarda 23.51±4.62, erkeklerde 27.38±3.75 kg/m2’dir (Z=7.778, p<0.001). Kadınların %19.8’i fazla kilolu, %8’i obez; erkeklerin %48.3’ü fazla kilolu, %25.3’ü obezdir (=65.697, p=0.001). Kadınların %59.1’inin, erkeklerin %58.6’sının Covid-19 pandemisinde vücut ağırlığı artmıştır (=0.007, p=0.934). Ağırlık artış ortalaması kadınlarda 4.73±2.85, erkeklerde 5.28±2.28 kg’dır (Z=2.202, p=0.028). BGÖ toplam puan ortalaması kadınlarda 3.13±0.79, erkeklerde 3.03±0.79; faktör-1 için kadınlarda 2.83±0.94, erkeklerde 2.62±0.87; faktör-2 için kadınlarda 3.38±0.91, erkeklerde 3.25±0.96; faktör-3 için kadınlarda 3.29±0.83, erkeklerde 3.35±0.86’dır (sırasıyla Z=0.691, p=0.490; Z=1,555, p=0.120; Z=0.945, p=0.345; Z=0.863, p=0.388). BKİ ile BGÖ toplam puanı, faktör-1 ve 2 puanı arasında pozitif yönde istatistiksel açıdan anlamlı, faktör-3 ile pozitif yönde ancak istatistiksel açıdan anlamlı olmayan ilişki bulunmuştur (sırasıyla r=0.173, p=0.001; r=0.223, p<0.001; r=0.110, p=0.044; r=0.089, p=0.102).

**Sonuç:** Covid-19 pandemisinde bireylerin yüksek hedonik açlık düzeylerine sahip olduğu ve BKİ arttıkça hedonik açlığın arttığı belirlenmiştir. Covid-19 pandemisinde bireylerin fiziksel aktivite düzeyinin arttırılması, besinlere olan yaklaşımda tutum ve davranış değişikliğine gidilmesi önerilmektedir.

**Anahtar kelimeler:** Covid-19, besin gücü ölçeği-BGÖ, beden kütle indeksi, hedonik açlık

**Sunucunun Mail Adresi:** dytkubratasdan@gmail.com

**Sunucunun Telefon Numarası:** 0545 564 02 60

**Abstract**

**Objective:** In this study, it was aimed to determine the relationship between the hedonic hunger levels and body mass index (BMI) of adults in the Covid-19 pandemic determined by the power of food scale (PFS).

**Methods:** 339 volunteer adults aged 20-64 who agreed to participate in the online survey in January 2021 participated in the study. A questionnaire including demographic characteristics and PFS was applied to the individuals, body weight and height were taken based on the declaration. The Turkish validity and reliability of the PFS was made by Hayzaran and Ok (2018); It consists of 3 sub-factors (food available, food present, food tasted) and 15 questions in 5 point likert type. Each question is scored from 1 to 5 (totally disagree to strongly agree). PFS evaluation is made over 5 points, so the total score is interpreted by dividing it into the number of items. As the PFS total score rises to 2.5 and above, the level of hedonic hunger increases and the higher scores indicate that the individual is more sensitive to the food environment and is psychologically controlled by food. Statistical analyzes were made with IBM SPSS 25.0. Statistical significance level was accepted as p<0.05.

**Results:** 74.3% (n=252) of the individuals are female and 25.7% (n=87) are male. The average age of females are 31.10±9.47 and males are 35.16±11.6 years (Z=3.004, p=0.003). 58.3% of females and 54% of males are university graduates (****8,522, p=0,074). 52.8% of females and 58.6% of males do regular physical activity (PA) (****0.890, p=0.346). Compared to the pre-Covid-19 pandemic, the PA levels of 78.6% of females and 69% of males changed (****3.282, p=0.070). The PA level of 88.4% of females and 90% of males with changing PA levels decreased (=0.121, p=0.728). The average BMI is 23.51±4.62 in females and 27.38±3.75 kg/m2 in males (Z=7.778, p<0.001). 19.8% of females are overweight, 8% are obese; 48.3% of males are overweight and 25.3% are obese (=65.697, p=0.001). 59.1% of females and 58.6% of males gained weight in the Covid-19 pandemic (=0.007, p=0.934). The average weight gain is 4.73±2.85 in females and 5.28±2.28 kg in males (Z=2.202, p=0.028). The mean PFS total score was 3.13±0.79 for females, 3.03±0.79 for males; factor-1 score is 2.83±0.94 for females and 2.62±0.87 for males; factor-2 score is 3.38±0.91 for females and 3.25±0.96 for males; for factor-3 score is 3.29±0.83 for females and 3.35±0.86 for males (Z=0.691, p=0.490, Z=1.555, p=0.120; Z=0.945, p=0.345; Z=0.863, p=0.388, respectively). A positive statistically significant relationship was found between BMI and PFS total score, factor-1 and 2 scores, and a non-significant relationship with factor-3 (r=0.173, p=0.001; r=0.223, p<0.001; r=0.110, p=0.044; r=0.089, p=0.102, respectively).

**Conclusion:** It has been determined that individuals in the Covid-19 pandemic have high hedonic hunger levels and as BMI increases, hedonic hunger increases. In the Covid-19 pandemic, it is recommended to increase the physical activity level of individuals and to change the attitude and behavior in the approach to foods.

**Key words:** Covid-19,power of food scale-PFS, body mass index, hedonic hunger