**Laktozsuz gıdalara tüketicilerin bakış açısı: Bilgi, davranış ve tutumlarının değerlendirilmesi**

**Duygu Ağagündüz1, Birsen Yılmaz1, Neslihan Yeşilyurt1, Mesure Yüksel1, Fatma Yazıcı1, Hilal Yıkar1, Ecmel Yılmaz1, Şule Ergin1, Nazlı Dilruba Kesik1, Özlem Karayılan1, Nigar Gasımzade1, Gülten Koçak1, Begüm Kalyoncu2**

**1Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü**

**Emek, Bişkek Cd. 6. sk D: No: 2, 06490 Çankaya/Ankara**

**2Atılım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü Kızılcaşar Mahallesi, 06830 İncek/Ankara**

**Amaç:** Bu çalışma; yetişkin bireylerin laktozsuz gıdalar ile ilgili bilgi, davranış ve tutumlarının değerlendirilmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir.

**Yöntem:** Bu çalışma, 678 erkek ve 849 kadın olmak üzere toplam 1527 gönüllü birey üzerinde yürütülmüştür. Çalışma verileri bir anket formu yardımı ile çevrimiçi yöntemler kullanılarak toplanmıştır. Bireylerin hayvan refahı (Hayvan Hakları Ölçeği) ve sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumları (SBİTÖ) ölçekler aracılığıyla değerlendirilmiştir. Hayvan Hakları Ölçeği’nin; her bir alt maddesi 1’den 5’e kadar puanlandırılmıştır. SBİTÖ kapsamında ise 85-110 puan alan bireyler, sağlıklı beslenmeye ilişkin ideal/iyi bir tutuma sahip olarak değerlendirilmişlerdir.

**Bulgular:** Çalışmaya katılanbireylerin yaş ortalaması 27.9±9.53 yıl olup %78.5’i üniversite ve yüksek lisans/doktora mezunudur. Bireylerin %55.8’i normal vücut ağırlığında iken %27.3’ü fazla kilolu ve %9.7’si ise obezdir. Laktozsuz gıda kavramını bireylerin büyük çoğunluğunun (%86.2) daha önce duyduğu ve %30.5’inin laktozsuz gıdaları düzenli olarak satın aldıkları (erkek: %28.6, kadın: %31.9; p>0.05) belirlenmiştir. Bireylerin %95.7’si ise daha önce bir gıda intolerans testi yaptırmamıştır. Ancak bireylerin laktozsuz gıdaları en sık; gaz/şişkinlik yapmaması (%51.6), sağlıklı olması (%47.4) ve vücut ağırlığı kaybının sağlanması (%16.0) gibi nedenlerle satın aldıkları belirlenmiştir. Normal BKİ değerine sahip bireylerin laktozsuz gıdaları satın alma sıklıkları (%57.6) diğer gruplara göre daha yüksek olarak görünse de farklı beden kütle indeksi (BKİ) grupları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır (p>0.05). Bireylerin yüzde %19.6’sı laktozsuz gıda tüketiminin hayvan refahını artıran bir durum olmadığını düşündüklerini, 16.0’sı hayvan refahını arttırdığını ve %64.4’ü ise herhangi bir fikri olmadığını ifade etmiştir. Katılımcıların ortalama SBİTÖ puanları (84.5±13.78) cinsiyete göre değerlendirildiğinde ise; erkek bireylerin SBİTÖ puanlarının kadın bireylere kıyasla daha yüksek olduğu saptanmıştır (sırasıyla 87.2±13.47 vs. 81.1±13.40, p<0.05). Laktozsuz gıda satın alan bireylerin (83.4±14.02) SBİTÖ puanlarının almayanlara (84.9±13.64) kıyasla daha düşük olduğu tespit edilmiştir (p<0.05). Laktozsuz gıda satın alan ve almayan bireylerin hayvan refahına yönelik tutumları arasında ise istatiksel olarak önemli bir fark olmadığı belirlenmiştir (27.8±8.72 vs. 28.1±7.54; p>0.05).

**Sonuç:** Bu çalışmada; yetişkin bireylerin sıklıkla laktozsuz gıdalara ilişkin olumlu tutumlarının olduğu belirlenmiştir. Laktozsuz gıda satın almadaki en büyük motivasyon faktörünün ise sağlık ile ilişkili olduğu ancak beklenenin aksine laktozuz gıdaları satın alan bireylerin sağlıklı beslenme tutumlarının yüksek olmadığı bulunmuştur. Laktozsuz gıdaların tüketim amaçları, çevreye ve hayvan refahı üzerine olan olası faydaları/riskleri ile ilgili tüketicilerin bilgilendirilmesi; sürdürülebilir beslenme ve sürdürülebilir yaşam açısından son derece önemlidir.

**Anahtar kelimeler:** laktozsuz gıda, hayvan refahı, sağlıklı beslenme, sürdürülebilir yaşam

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

**Sunucunun Telefon Numarası:** +903122162622

**Consumers’ perspective on lactose-free foods: Evaluation of knowledge, behaviour and attitudes**

**Duygu Ağagündüz1, Birsen Yılmaz1, Neslihan Yeşilyurt1, Mesure Yüksel1, Fatma Yazıcı1, Hilal Yıkar1, Ecmel Yılmaz1, Şule Ergin1, Nazlı Dilruba Kesik1, Özlem Karayılan1, Nigar Gasımzade1, Gülten Koçak1, Begüm Kalyoncu2**

**1Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü**

**Emek, Bişkek Cd. 6. sk D: No: 2, 06490 Çankaya/Ankara**

**2Atılım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü Kızılcaşar Mahallesi, 06830 İncek/Ankara**

**Aim:** This study was carried out to evaluate the knowledge, behaviour and attitudes of adults on lactose-free foods.

**Method:** This study was conducted on a total of 1527 volunteers, 678 males and 849 females. Study data were collected using online methods with the help of a questionnaire form. Besides, individuals’ attitudes towards animal welfare (Animal Rights Scale) and healthy nutrition (Attitude Scale for Healthy Nutrition, ASHN) were evaluated through scales. Each sub-item of the Animal Rights Scale is scored from 1 to 5. On the other hand, individuals who got 85-110 points from the ASHN were evaluated as having an ideal/good attitude towards healthy nutrition.

**Results:** The mean age of the individuals participating in the study is 27.9±9.53 years and 78.5% of them are university and postgraduates. While 55.8% of the individuals have normal body weight, 27.3% are overweight and 9.7% are obese. It was determined that the majority of individuals (86.2%) had heard about the concept of lactose-free food before and 30.5% (male: 28.6%, female: 31.9%; p>0.05) have purchased lactose-free foods regularly. 95.7% of the individuals have not taken a food intolerance test before. However, it was determined that individuals mostly bought lactose-free foods for reasons such as not causing gas/bloating (51.6%), being healthy (47.4%) and losing weight (16.0%). Although the frequency of purchasing lactose-free foods of individuals with normal body mass index (BMI)(57.6%) was higher than the other groups, the difference between different BMI groups was not significant (p>0.05). 19.6% of the participants stated that consumption of lactose-free food does not increase animal welfare, 16.0% increased animal welfare and 64.4% had no idea. When the mean ASHN scores of the participants (84.5±13.78) are evaluated according to gender, it was determined that the ASHN scores of male individuals were higher than female individuals (87.2±13.47 vs 81.1±13.40, respectively, p<0.05). Individuals who bought lactose-free food (83.4±14.02) had lower ASHN scores compared to those who did not (84.9±13.64)(p<0.05). There was no statistically significant difference between the attitudes towards animal welfare of individuals who bought lactose-free food and those who did not (27.8±8.72 vs. 28.1±7.54; p>0.05).

**Conclusion:** It has been determined that adults often have positive attitudes towards lactose-free foods. The major motivational factor in purchasing lactose-free food is related to health, but contrary to what is expected, the healthy eating attitudes of individuals who buy lactose-free foods are not high. Informing consumers about the consumption purposes of lactose-free foods and the possible benefits/risks on the environment and animal welfare is extremely important in terms of sustainable nutrition and sustainable living.

**Keywords:** lactose-free food, animal welfare, healthy diet, sustainable life

**E-Mail:** yesilyurtnesli@gmail.com

**Phone number:** +903122162622