

YIYECEK İÇECEK İŞLETMELERİNDEKİ TEHLİKE: ÇOCUKLUK ÇAĞI OBEZİTESİ

*İbrahim Tuğkan Şeker¹
Emre Hastaoğlu²
Fatma Hastaoğlu³
Taycan Şeker⁴*

ÖZET

Yiyecek içecek işletmesi; sahip olduğu donanımı ve hizmet kalitesi ile kişilerin yiyecek içecek gereksinimlerini karşılayan işletmelerdir. Kişilerin yalnızca yiyecek içecek gereksinimini karşılamakla kalmayıp ziyafet, kutlama, toplantı gibi sosyal amaçlar için bir araya gelmesine de olanak sağlamaktadır. Bu anlamda yalnızca açlığın, susuzluğun giderildiği bir yer olmaktan çıkıp dinlenen ve moral bulunan bir işlev kazanmıştır. Yiyecek içecek işletmesine gelen bir müşterinin asıl amacı karnını doyurmaktır. Hızlı yiyecek (fastfood) işletmeleri de yiyecek içecek işletmeleri içerisinde yer alan ticari işletmelerdir. Ancak hızlı yemek yeme alışkanlığı, sağlık açısından tüm dünyayı etkilemeye başlayan önemli bir sağlık problemi olarak düşünülmelidir. Çünkü bu problem ileride, obezite, kalp hastalıkları ve diyabet gibi pek çok hastalığın gelişmesine sebep olabilecektir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), fazla ağırlıklılık ve obeziteyi, sağlığa zarar veren ve normal olmayan ve aşırı yağ birikimi olarak tanımlamakta ve çocukluk çağı obezitesini 21.yüzyılın en önemli halk sağlığı sorunlarından biri olarak görmektedir. Çocukluk çağı obezitesi özellikle düşük ve orta gelirli ülkelerin kentsel bölgelerini küresel olarak etkilemekte ve sıklığı endişe verici olarak artmaktadır. Obezite hem çocukluk çağında hem de erişkin dönemde insan sağlığı için önemli sorunlar oluşturmaktadır. Çocukluk dönemindeki obezitenin yaygınlığı gelişmiş ülkelerde ve gelişmekte olan ülkelerde, bulaşıcı olmayan kronik hastalıkların yükünü arttırarak önemli bir halk sağlığı sorunu yaratmaktadır. Hipertansiyon, yağ metabolizma bozuklukları, insülin direnci ve ağır psikolojik problemlere sebep olmasından dolayı dikkat edilmesi gereken obezite, çocukluk çağında giderek artan bir sıklıkta görülmektedir. Gelişmiş ülkelerde yapılan çalışmalarda erişkinlerin

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Cumhuriyet Üni, Turizm Fakültesi, tseker@cumhuriyet.edu.tr, Sivas

² Öğr. Gör. Cumhuriyet Üni, Turizm Fakültesi, ehastaoglu@cumhuriyet.edu.tr, Sivas

³ Öğr. Gör. Cumhuriyet Üni, Sağlık Hizmetleri MYO, fhastaoglu@cumhuriyet.edu.tr, Sivas

⁴ Yükseklikans Öğr. Cumhuriyet üni, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas

%33'ünün, çocuk ve adolesanların ise %20–27'sinin obez olduğu belirlenmiştir. Obezite, fazla ağırlıklılık ve obeziteyle ilişkili hastalıklar büyük bir ölçüde önlenbilir. Çocukluk çağı obezitesi, sık görülmesi, ciddi sonuçları olması ve önlenbilir olması nedeniyle öncelik verilmesi gereken sağlık sorunlarından biridir. Bu amaçla çalışmamızda yiyecek içecek işletmelerinde ciddi tehlike oluşturan ve önlenbilir önemli bir sağlık sorunu olan çocukluk çağı obezitesine dikkat çekebilmek amaçlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: *Yiyecek işletmesi, Çocukluk çağı, Obezite*

EMERGENCY IN FOOD AND BEVERAGE MANAGEMENT: CHILDHOOD OBESITY

ABSTRACT

Food and beverage business; are the enterprises that meet the food and beverage needs of the people with the equipment and service quality it possesses. It not only meets the needs of food and beverage, but also allows people to come together for social purposes such as banquets, celebrations and meetings. In this sense, it is not only a place where hunger and thirst are removed, but it has gained a rested and moral function. The main purpose of a customer who comes to the food and beverage business is to feed him. Fast food businesses are also commercial enterprises within the food and beverage businesses. However, fast food habit should be considered as an important health problem that is starting to affect the whole world in terms of health. Because this problem may cause many diseases in the future such as obesity, heart diseases and diabetes. The World Health Organization (WHO) defines overweight and obesity as health-damaging and abnormal and excessive fat accumulation, and sees childhood obesity as one of the most important public health problems of the 21st century. Childhood obesity affects the urban areas of low- and middle-income countries globally, and its frequency increases alarmingly. Obesity poses important problems for human health both in childhood and adulthood. The prevalence of obesity in childhood poses a significant public health problem in developed countries and developing countries, increasing the burden of noncommunicable chronic diseases. Obesity, which needs to be taken into consideration because it causes hypertension, fat metabolism disorders, insulin resistance and severe psychological problems, is seen with increasing frequency in childhood. In studies conducted in developed countries, 33% of adults and 20–27% of children and adolescents are obese. Obesity, overweight and obesity-related diseases can be largely prevented. Childhood obesity is one of the health problems that should be given priority because it is common, has serious consequences and is preventable. In this study, it is aimed to draw attention to childhood obesity which constitutes a serious danger in food and beverage establishments and is an important preventable health problem.

Keywords: Food business, Childhood, Obesity

1. GİRİŞ

Turizm işletmeleri dünyada ve Türkiye’de turizmin gelişmesi ve yön bulmasına katkı sağlayan işletmelerdir. Turizm işletmeleri, kar elde edebilmek, turistlerin ihtiyaçlarını karşılayabilmek amaçlarıyla, turistik mal ve hizmetleri ekonomik bir şekilde üreten, pazarlayan ve ülke ekonomisine katma değer yaratan ekonomik birimlerdir.

İnsanlığın varoluşundan beri en temel gereksinimi olan beslenme ihtiyacına bağlı yemek yeme olgusu göçebe hayattan yerleşik hayata, tarih öncesi çağlardan günümüze sürekli olarak gelişmiş ve değişmiştir. Önceleri tüccar ve seyyahlarla beliren dışarıda yemek yeme ihtiyacı, şehirleşmenin, değişen yaşam şartları ve yaşam tarzlarının etkisine paralel olarak toplumların geniş kesimlerinin ihtiyacı haline gelmiştir. Bu ihtiyacın sonucunda yiyecek işletmeleri ticari hayatta yerlerini almışlardır.

Yiyecek içecek işletmeleri, özellikle M.Ö 2200–1000 yılları arasında yolların üzerine kurulmuş olan, insan ve hayvanların konaklamasına, bunun yanında yeme içme ihtiyacını gidermesine olanak sağlayan, hanların veya kervansarayların bugünkü uzantısıdır (Denizer,2005).

Fastfood (hızlı yemek), hazırlanması ve servisinin hızlı yapıldığı yiyeceklerin genel ismidir. Tez yemek olarak da ifade edilen fastfood kavramı özellikle hazırlanma süresinin kısalığından dolayı bu tanımlanmıştır. Türk Dil Kurumu (TDK) (2010) tarafından “hazır yemek” şeklinde tanımlanan tez yemek, Yaman (2007: 1) tarafından, “Tüketicinin yemek siparişinin alınması ile yemeğin hazır olması arasında geçen zaman diliminin üç ile on dakika arasında değiştiği restoranlarda satılan her türlü yiyecektir.” şeklinde tanımlanmaktadır. Hamburger gibi kızarmış yiyecekler, pide, simit ve pizza gibi fırın ürünleri fastfood örnekleri olabilir. Hızlı yemek işletmelerin ortak özelliği hem yemeğin hazırlanması hem de servisinin hızlı olmasıdır (Park, 2004: 93). Bu tür işletmelerin ortak amaçları zaman sıkıntısı yaşayan müşterilere, hızlı hizmet vermektir (Özleyen, 2005: 26). Bu nedenle bu tarz işletmelere sık rastlanmaktadır (Ekeyılmaz, 2006: 12). Ancak hızlı yemek yeme alışkanlığı, sağlık açısından tüm dünyayı etkilemeye başlayan bir hastalık olarak değerlendirilmektedir. Bu hastalıkların başında aşırı kilo artışı ve kronik hastalıklar yer almaktadır. Sağlık üzerine etkisinin yanı sıra aşırı sağlık harcamalarına da neden olmaktadır. Bu duruma rağmen, hızlı yaşam tarzı, zamanın yetersizliği, geleneksellikte uzaklaşma gibi sebeplerle tüketiciler gün geçtikçe daha fazla fastfood tercih etmeye devam etmektedirler.

Tez yemek sektörünü dünyaya tanıtan ülke ABD olmuştur. ABD’de 19 yy sonralarında çalışanlara hazır sandviç ve turta dağıtarak fastfood tarzında hızlı yemek sisteminin geliştirilmesinin ardından 20 yy başlarında McDonald’s’in karton bardaklar ile yiyecek ve içecek servis yapması ve sınırlı yiyecek ve içecek ile self servis ve paket servis gibi tekniklerinin kullanılması fastfood kültürünün başlangıcı sayılmaktadır. Ülkemizde kentleşme olgusunun hızlanması ve hızla yayılan batılı gibi yaşamak/tüketmek anlayışı gibi nedenlerle günümüzde yol üstü duraklarda, yoğun insan ve yaya trafiğinin olduğu noktalarda ve hamburgerden tostçuya, dürümcüden pizzacıya kadar çeşitli şekillerde karşımı-

za çıkmaktadır (Yaman, 2007: 4–5, Yaman, 2007: 6; Kılıç ve Şanlıer, 2007: 31, Özleyen, 2005: 26, Orkun, 2009: 93, Özcan, 2007: 92).

Fastfood işletmelerinin hızla yayılmasının temel amacı müşterinin zaman problemi olan müşterilere daha kısa sürede hizmet vermeye çalışmak (Ekeyilmaz, 2006: 12) (Tayfun ve Tokmak, 2007: 170; Yaman, 2007: 6–7). Bu işletmelerin hedef kitlesi çocuklar olup Tez yemek işletmeleri özellikle çocukları hedef kitle olarak pazarlama stratejisi haline getirmişlerdir (Lindstrom ve Seybold, 2003: 64–66; Yaman, 2007: 9). McDonald's'ın renkli kutularda ve oyuncaklı menüleri ile oluşan '*Happy meal*' denilen menüsü buna örnek teşkil etmektedir. İşletme bu furya ile amacına ulaşmış ve çocukların ve gençlerin ilgisini bir hayli çekmiştir (Lindstrom ve Seybold, 2003: 106)

Beslenme ve halk sağlığı açısından fastfood beslenme şeklinin olumsuz birçok sonucu bulunmaktadır. Bunun öncelikli sebebi bu yiyeceklerin içerdiği doymuş yağ asidinin yüksek olması, vitamin, mineral ve diyet lif oranının düşük olmasıdır. Fastfood yiyeceklerdeki kanserojen bileşenlerin de bir hayli yüksek olduğu diğer olumsuz özelliklerini oluşturmaktadır (Elmacioğlu, 1996)

İnsanların sağlıklı bir şekilde büyüüp gelişebilmesinin ön şartlarından biri yeterli ve dengeli beslenmedir. Kişilerin gelişim gösterebilmeleri için gereken enerji vücuda alınmadığı zaman ya da yetersiz miktarda alındığında, sağlıkları bozulup, hastalık oranı artar. Bunun yanı sıra, büyüme yavaşlar. İş yeri verimliliğinde de azalmaya ve iş gücü kaybına neden olur. (Pollitt,1984).

Obezitenin tanımına bakacak olursak, kişilerin sağlığını bozacak şekilde vücutlarında yağ birikmesi ya da biriken yağların olması gereken miktardan çok daha fazla olması şeklinde tanımlanabilir. Aslında obezite bir enerji metabolizması bozukluğudur (Şık, 2018: 79). Bu durumda yaşamın ilerleyen zamanlarında değil, çok başlarında çocukluk çağlarında görülebilir. Gelişimsel dönemlerden erişkinlikte görülen bir obezite sorununun aslında çok daha önceki gelişimsel dönemlerden başladığı söylenebilir. Yani obezite görüldüğü zamanda değil, çok daha öncesinde yaşamı tehdit eden bir problem olarak gelişmeye başlamıştır (Dietz, 2005). Özellikle anne karnına gelişimsel geriliği olan bebeklerde pek çok organ ve sistemi etkiler. Bunlar; yağ dokusu, karaciğer, beta hücreler, böbrekler ve kalp damar sistemini etkileyen, erişkinlik döneminden başlayan metabolik bozukluklar olarak sıralanabilir. Bu bozukluklar, obezitenin oluşumu açısından oldukça etkili risk faktörleridir. Bu sebeplerle ve pek çok etkenin de dahil olmasıyla çocuklar yetişkinlik döneminde obez olma riskiyle karşı karşıya kalmaktadır (Miraglia ve ark, 2015).

Küreselleşmenin etkisi, batıya özenimler ve hayat tarzındaki pek çok değişim obezite görülme sıklığını artıran önemli sebepler arasında sayılabilir olmasına karşın, obezite çok fazla etkenin bir araya gelerek oluşturduğu multifaktöriyel bir hastalıktır ve çok sayıda genetik ve çevresel etkenlerin etkileşimi ile gelişir (Tunçbilek,2005). Kişilerin beslenme şekilleri, hareketsiz yaşam şekli, pek çok psikososyal etmenler, ekonomik düzey, hormonal bozukluklar ve kullanılan ilaçlar obezitenin nedenleri arasında sayılabilir

(Ağras ve ark., 2005, Genç 2005, Toros ve ark, 2003, Öztora ve ark. 2006). Obezite gelişimi üzerinde etkisi olan faktörler, hazır yiyecek türleri denilen ve ayaküstü tüketilebilen hamburgerler, pizzalar, patates cipsleri gibi yiyeceklerin tüketimlerinin artmasıdır (Brug, 2007). Diğer bir deyişle, obeziteye sebep olan etkenlerin başında kötü beslenme gelmektedir (Zeybek ve Aydın 2002). Hasbay'ın yaptığı bir çalışmada, okul çağı öğrencilerin fast-food gıdaları günde kaç porsiyon tükettiği araştırılmış ve %3.9'unun her gün 2-3 porsiyon, %9.6'sının her gün bir porsiyon tükettiği görülmüştür. Gelişmiş toplumlarda daha sık ancak gelişmekte olan ülkelerde de sık karşılaşılan çocukluk çağı obezitesi, ülkemizde de son yıllarda önemli bir problem olarak karşımıza çıkmaktadır (Hasbay 2004).

Demirezen ve Coşansu (2005) 'nın ülkemizde adolesan öğrenciler üzerinde yaptıkları çalışmada, öğrencilerin büyük çoğunluğunun yanlış beslenme alışkanlıklarının olduğunu ve çalışılan grubun obezite açısından ciddi risk taşıdığını belirlemişlerdir. Bu konuda yapılabilecek en önemli eylem, koruyucu girişimlerdir. Kişilere sağlıklı beslenme alışkanlıkları kazandırmaya yönelik çocuk ve yetişkinlere erken dönemlerden itibaren düzenli eğitimler planlanmalıdır. Bu yüzden, okul temelli sağlıklı beslenme programlarının (sağlık beslenme eğitimleri, okul kantininde sağlıklı yiyeceklerin satılması vb.) hızla uygulamaya geçmesi ve aktif eğitimlerle desteklenmesi gerekmektedir.

Dünya'da yapılmış pek çok çalışmada da bulgular, son zamanlarda çocuklarda görülen obezite vakalarında artış olduğu yönündedir. (Günöz 2001). Eğer alta yatan herhangi bir hastalık yoksa, ekzojen obezite olarak isimlendirilir ve obezlerden pek çoğu bu gruba dahildir. Çocukluk çağı obezitesi, ilerleyen yıllarda pek çok sağlık problemine sebep olabilmektedir. Bunların en başında, kalp hastalıkları, hiperlipidemi, hiperinsülinemi, hipertansiyon ve erken ateroskleroz gelmektedir. Bu durumda diğer bir deyişle, çocukluk çağı obezitesi, ilerleyen yıllarda görülen kronik hastalıklar ve hastalıklara bağlı ölümlerle direkt ilişkilidir (Zeybek, 2002). İngiltere'de obezite görülme sıklığı erkek çocuklarda 1998 yılında % 23.6 iken Almanya'da erkek çocuklarda % 16.3 olarak belirlenmiştir. Amerika Birleşik Devletleri'nde (ABD) çocuk nüfusunun % 25'inin obezite kapsamına alınabileceği öngörülmektedir (Childs NM, 2003). Bu konuda yine ABD'de gerçekleştirilen beslenme ve sağlık taramaları (NHANES) obezite prevalansı hakkında güvenilir bilgiler vermektedir.

Obeziteyle ilgili ülkemizde yapılan pek çok çalışmada, görülme sıklığının özellikle yetişkinler, çocuklar ve adolesanlarda artış gösterdiği belirlenmiştir (Günöz, 2001, Satman ve ark., 2000). Ülkemizde yapılmış olan bir çalışmada, 9-17 yaşları arasındaki çocuklarda obezite oranı erkeklerde % 11.2, kızlarda ise % 9.4 olarak bulunmuştur (Korkut ve ark. 2006).

Bu durumda göstermektedir ki obezite sadece tek bir yaş grubunu değil, tüm gelişimsel dönemleri ilgilendiren, ancak çocukluk çağında görülme sıklığı artan, yine sadece gelişmiş ülkeleri değil gelişmekte olan ülkeleri de önemli ölçüde ilgilendiren oldukça önemli bir sağlık problemidir (Rosner ve ark., 1998). Bununla birlikte, obezite ; hipertan-

siyon, koroner kalp hastalıkları, diyabet gibi birçok kronik hastalık açısından risk faktörüdür ve yetişkinlerde olduğu kadar,, çocuklukta da önemle üzerinde durulması gerekmektedir (Butte, 2001).

Son yıllarda, reklam dünyasının ışıltılı yüzü, medyanın gücü, çocukları içine alan pek çok reklam, oldukça eğlenceli bir sektör haline gelmiştir. Bu sektördeki eğlence, büyüyen ve gelişen gıda endüstrisinin de ilgisini çekmiş ve çocuk odaklı pek çok reklam çekilmeye başlanmıştır. (Zeybek, 2002). Çocuklar ise, genç ve çocuk nüfusun ağırlıkta olduğu ülkemizde, reklam dünyası için önemli bir pazar oluşturmaktadır. Günümüzde reklamların pek çoğu çocukları hedef almaktadır. Çünkü günümüzde çocuklar, kitap okumak için harcayacakları vaktin çoğunu televizyon izleyerek geçirmektedir. (Denizer, 2005).

Tokuç ve ark (2009) yaptıkları bir çalışmada, çocukların günde en az bir defa sağlıklı olmadıkları bilinen gıdaları tükettiklerini belirlemiştir. Zira bu gıdalar obeziteye sebep olmaktadır.(Ludvig 2001 ve Berkey 2000).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Günümüzdeki sağlığımızı etkileyen önemli bir faktör olan beslenme giderek anlam kazanmaktadır. Çalışmalar doğru beslenmenin çocukluk döneminde beslenme eğitiminin önemine vurgu yapmaktadır. Hem aile içi beslenme alışkanlıkları, hem okul/kurs gibi toplu çocuk eğitim alanlarında, hem de yiyecek içecek işletmelerindeki arz/talep dengesi geleceğimiz olan çocukların sağlıklı beslenebilmeleri açısından çok önemlidir. Onların beslenme taleplerini şekillendiren, bizlerin sunmuş olduğumuz alternatiflerdir. Sağlıklı besin algısı ise toplumdan topluma, yöreden yöreye değişiklik gösterse de, genel olarak ebeveynlerin ve yiyecek içecek işletmelerinin beslenme konusundaki bilgileri ve beslenme eğitim düzeyleri bu kavramın içini dolduran temel faktörlerdir.

Çocukluk çağı obezitesi, sadece çocukluk dönemini etkilemediği gibi erişkin obezitesinin de temelini oluşturmaktadır. Bu durumda, obezitenin sebep olduğu önlenilebilir sağlık sorunları, toplumdaki gerek kronik hastalık prevalansını gerekse sağlığa ayrılan bütçeyi artırarak, toplumsal daha büyük problemleri de beraberinde getirecektir.

Bu nedenlerle, çocukluk çağı obezitesinin önüne geçmek ve daha sağlıklı gelecek nesilleri bugünden inşa etmek için çocuk dostu yiyecek içecek işletmelerini tercih etmeli, ebeveynler ve yiyecek içecek işletmeleri beslenme eğitimi konusunda teşvik edilmeli ve desteklenmeli, yiyecek ve içeceklerle ilgili reklamlar beslenme ve pedagojik açıdan daha iyi denetlenmeli ve olumsuz etki yaratanlara yaptırım uygulanmalı, fastfood gibi besinlere sağlıksız olduğu ibaresi belirtilmeli ve bu ürünler vergilendirilmeli, bu işletmelerin internet üzerinden satış yapmaları engellenmelidir.

KAYNAKLAR

- Elmacioğlu, F. (1996), Hızlı hazır yemek sisteminde (fast-food) önceliklerin belirlenmesi. *J. Nutr and Diet.* 25(1): 30-34.
- Tunçbilek E. (2005), Obesite genetik bir hastalık mıdır? *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi.* 48: 101-108.
- Agras WS, Hammer LD, Mcnicholas F. (2004) Risk factors for childhood overweight: a prospective study from birth to 9.5 years. *The Journal of Pediatrics.* 145: 20-25.
- Genç Ç. Obesitede gen deđişimleri. 2005.
- Toros F, Ünal S, Arslanköylü AE, Çamdeviren H. (2003), Obesity and psyhiatric problems in children and adolescents. *Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi.* 4: 310-317.
- Öztor S, Hatipođlu S, Barutçugil MB, Salihođlu B, Yıldırım R, Şevketoğlu E. (2006), İlköğretim çağındaki çocuklarda obesite prevalansının belirlenmesi ve risk faktörlerinin araştırılması. *Bakırköy Tıp Dergisi.* 2(1): 11-14.
- Rosner B, Prineas R, Loggie J. (1998), Percentils for body mass index in U.S. children 5 to 17 years of age. *The journal of Pediatrics.* 32: 211-222.
- Günöz H. (2001), Çocuk ve adolesanlarda obezite. *Aktüel Tıp Dergisi.* 6: 58-62.
- Satman İ, (2000), Population-based study of diabetes and risk characteristics: Final results of the TURDEP. *Diabetologia.* 43(1): 111, 433.
- Korkut F, Arıcıoğlu A, Tagay Ö, Sarı T. Altındağ ilçesi gençliğin olumlu gelişimini sağlama ve sorunlarını önleme projesinin pilot uygulaması.
- Ludwig DS, Peterson KE, Gortmaker SI. (2001) Relation between consumption of sugar sweetened drinks and childhood obesity: a prospective observational analysis. *The Lancet,* 357(9255): 505-8.
- Berkey CS, Rocketthrh, Field AE, Gillman MW, Frazier AL, Camargo CA, Colditz GA. (2000) Activity, dietary intake, and weight changes in a longitudinal study of preadolescent and adolescent boys and girls. *Pediatrics.* 2000; 105(4): 56.
- Dietz WH, Robinson TN. (2005), Overweight children and adolescents. *New England Journal of Medicine,* 352: 2100-9.
- Miraglia F, DE Moraes Silveira CR, Beghetto MG, Dos Santos Oliveira F, De Mello ED. (2015), Behavior of adipokines after a year follow-up in the obesity outpatient clinic for children and adolescents. *Nutricion Hospitalaria* 5: 32.
- Brug J. (2007), The European charter for counteracting obesity: A late but important step towards action. Observations on the WHO-Europe ministerial conference, Istanbul, November 15-17, 2006. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity,* 4: 11
- Butte NF (2001) The role of breastfeeding in obesity. *Pediatric Clinics of North America* 48: 189- 98.
- Ziegler J, Mobley CC. (2014) Pregnancy, child nutrition, and oral health. *Nutrition and Oral Medicine, Springer* 19-37.
- Childs NM, Maher JK. (2003) Gender in food advertising to children: boys eat first. *British Food Journal.* 105(7): 408-19

- Park, C. (2004). Efficient or enjoyable? Consumer values of eating-out and fast food restaurant consumption in Korea. *International Journal of Hospitality Management*, 23, 87-94
- Tayfun, A. Tokmak, C. (2007). Tüketicilerin Türk usulü fastfood işletmelerini tercih etme sebepleri üzerine bir araştırma. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 6 (22), 169-183.
- Özleyen, G. (2005). Fast food işletmelerde tüketici davranışı analizi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Turizm ve Otel İşletmeciliği Ana Bilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Özcan, B. (2007). Sosyolojik olarak tüketim ve boş zaman: İstanbul Alivium Outlet Center ve Galleria alışveriş merkezi örnekleri. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Yapı Sosyal Değişme Bilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi
- Orkun, N. D. (2009). Küreselleşmenin değiştirdiği yemek kültürü: İstanbul Beyoğlu: 2002-2009. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İletişim Bilimleri Ana Bilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Lindstrom, M. ve Seybold, P. B. (2003). Brandchild. America: Kogan Page.
- Kılıç, E., Şanlıer, N. (2007). Üç kuşak kadının beslenme alışkanlıklarının karşılaştırılması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15 (1), 31-44
- Ekeyılmaz, S. (2006). Antalya ilinde ev dışı gıda talebi. Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Gıda Ekonomisi ve İşletmeciliği Ana Bilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Yaman, H. B. (2007). Tüketicilerin hazır yemek tüketim alışkanlıklarında küreselleşmenin etkileri ve konuya ilişkin bir uygulama. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Ana Bilim Dalı Pazarlama Programı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi
- Demirezen E, Coşansu G. (2005), Evaluating the eating habits of adolescent students. *STED*. 14(8): 174-8.
- Zeybek ÇA, Aydın A. (2002) Çocukluk çağı obesitesi. *Klinik Çocuk Forumu, Pediatrik Beslenme Özel Sayısı* 2. 2(3): 24-29.
- Hasbay SA. (2004) Okul çağı çocuklarında beslenme ve fiziksel aktivitenin önemi. *Klinik Çocuk Forumu*. 4(1): 32-37.
- Denizer, D (2005) Konaklama işletmelerinde Yiyecek İçecek Yönetimi, *Detay Yayıncılık*, Ankara, 2005.
- Şık, B. (2018) Mutfaktaki Kimyacı, *Doğan Yayıncılık*, İstanbul.