

# BÖLÜM 7

## COVID-19 Pandemisinin Ergenlerde Yeme Tutumuna Etkisi

*Sinem AKGÜL<sup>1</sup>*

Yeme tutumu “bireylerin veya bir grup insanın hangi yiyeceği yediklerine ilişkin alışılmış kararları” olarak tanımlanmaktadır. Ergenlik dönemi, yeme tutumunun gelişmesi açısından hassas bir dönemdir çünkü bu dönemde oluşan kötü beslenme alışkanlıkları ileriki yıllarda obezite, kardiyovasküler hastalıklar, hipertansiyon, diyabet ve prematür mortalite risklerini artırmaktadır. Aynı zamanda yanlış beslenme davranışları besin yetersizliklerine ve yeme bozukluklarının gelişimine katkıda bulunmaktadır (1).

Normal şartlarda ergenlerde yeme tutumunu belirleyen birçok faktör vardır. Bunların arasında hızlı büyüme nedeniyle artan besin ihtiyacı, ergenin bağımsızlık ve kimlik arayışı, akran kabulü, okul ve ders yoğunluğu ve bu dönemde gelişen beden algısı yer almaktadır. Ancak COVID-19 pandemi döneminde, yeme tutumunu etkileyen birçok faktörün de bu denkleme etkilediği görülmüştür. COVID-19 pandemisi nedeniyle ergenlerde değişen yeme tutumu ise bazı sağlık problemlerinin artışına da neden olmuştur.

<sup>1</sup> Prof. Dr., Hacettepe Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları AD., Ergen Sağlığı BD., sinem.akgul@hacettepe.edu.tr

bir çalışmada ise yeni tanı yeme bozukluğu vakalarında 2 kat artış ve özellikle erkek ergenlerde ve atipik anoreksiya nervosa vakalarında artış olduğu saptanmıştır (16).

Özetle, literatürü incelediğimizde pandemi sürecinde ergenlerin yeme tutumlarının bozulduğu, beslenme ilişkili obezite, malnutrisyon ve yemebozukluklarında artış saptandığı ve eşlik eden diğer psikolojik semptomlarda artış olduğu gösterilmiştir. Bu artış hem pandeminin kısıtlamaların daha ön planda olduğu akut döneminde, hem de yeniden açılma sonrasındaki kronik dönemde olduğu bulunmuştur. Bu duruma yol açabilecek etmenler arasında; sosyal izolasyonun sağlanması kapsamında alınan önlemler, artan aile içi çatışma, pandemi ile ilgili belirsizlik, tedavi sürecindeki aksaklıklar ve koronavirüs bulaşma korkusu sayılabilir. Bu bulgular her ergenin rutin takibi sırasında beslenme düzeni açısından sorgulanması gerektiğinin göstergesidir.

## | Kaynaklar

1. Wang J, Fielding Singh P. How Food Rules at Home Influence Independent Adolescent Food Choices. *Journal of Adolescent Health*. 2018; 63 (2): 219-226
2. G Paslakis, G Dimitropoulos, DK Katzman. A call to action to address COVID-19-induced global food insecurity to prevent hunger, malnutrition, and eating pathology. *Nutrition Reviews*, 2021; 79,(1): 114-116
3. Global School Based Student Health Survey (GSHS). CDC. 2020
4. Çobanoğlu, F., Yılmaz, H.İ. ve Bozkıran Yılmaz, S. Türkiye'de Covid-19 Salgınının Gıda Değer Zincirleri Üzerindeki Etkisinin Belirlenmesine Yönelik Bir Değerlendirme, *Tarım Ekonomisi Araştırmaları Dergisi* 2022; 8(1): 17.
5. Borkowski, A., Ortiz-Correa, J. S., Bundy, D. A. P., Burbano, C., Hayashi, C., Lloyd-Evans, E., Neitzel, J., and Reuge, N., (2021), COVID-19: Missing More Than a Classroom. The impact of school closures on children's nutrition. Innocenti Working Paper 2021-01. Florence: UNICEF Office of Research – Innocenti.
6. Jahrami H, BaHammam AS, Bragazzi NL, Saif Z, Faris M, Vitiello MV. Sleep problems during the COVID-19 pandemic by population: a systematic review and meta-analysis. *J Clin Sleep Med*. 2021;17(2):299-313.

7. Tan, S.T., Tan, S.S. and Tan, C.X. (2022), “Screen time-based sedentary behaviour, eating regulation and weight status of university students during the COVID-19 lockdown”, *Nutrition & Food Science*, Vol. 52 No. 2, pp. 281-291.
8. Raccine N. Global Prevalence of Depressive and Anxiety Symptoms in Children and Adolescents During COVID-19 A Meta-analysis. *JAMA Pediatr.* 2021;175(11):1142-1150.
9. Lange SJ, Kompaniyets L, Freedman DS, et al. Longitudinal Trends in Body Mass Index Before and During the COVID-19 Pandemic Among Persons Aged 2–19 Years — United States, 2018–2020. *MMWR Morb-Mortal Wkly Rep* 2021;70:1278–1283.
10. Headey D et al. Impacts of COVID-19 on childhood malnutrition and nutrition-related mortality. *Lancet.* 2020; Volume 396, Issue 10250, 22–28 August 2020, Pages 519-521
11. Graell M, Morón-Nozaleda MG, Camarheiro R, Villaseñor Á, Yáñez S, Muñoz R, et al. Children and adolescents with eating disorders during COVID-19 confinement: Difficulties and future challenges. *European Eating Disorders Review.* 2020;28(6):864-70.
12. Otto AK, Jary JM, Sturza J, Miller CA, Prohaska N, Bravender T, et al. Medical Admissions Among Adolescents With Eating Disorders During the COVID-19 Pandemic. *Pediatrics.* 2021;148(4).
13. Haripersad YV, Kannegiesser-Bailey M, Morton K, Skeldon S, Shipton N, Edwards K, et al. Outbreak of anorexia nervosa admissions during the COVID-19 pandemic. *Archives of Disease in Childhood.* 2021;106(3):e15-e.
14. Schwartz MD, Costello KL. Eating Disorder in Teens During the COVID-19 Pandemic. *Journal of Adolescent Health.* 2021;68(5):1022.
15. Akgül S, Akdemir D, Nalbant K, Derman O, Ersöz Alan B, Tüzün Z, et al. The effects of the COVID-19 lockdown on adolescents with an eating disorder and identifying factors predicting disordered eating behaviour. *Early Interv Psychiatry.* 2021.
16. Akgül, S., Torun,Ş., Çınar, H. Ü.,Pehlivan Türk Kızılkın, M., & Derman, O. (2023). Eating disorder visits increase among adolescents during the COVID-19 pandemic. *Early Intervention in Psychiatry*, 1–4.