

COVID-19 Pandemisinde Hastane Çalışanlarında Yaşanan Kaygı ve Duygusal Yeme Davranışı: Tanımlayıcı Araştırma

Hospital Workers During the COVID-19 Pandemic Anxiety and Emotional Eating Behavior: Descriptive Research

^{1b} Arzu AYDOĞAN^a, ^{1b} Miray AKSU^b

^aYüksek İhtisas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Ankara, Türkiye

^bSağlık Bilimleri Üniversitesi Gülhane Hemşirelik Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Ankara, Türkiye

ÖZET Amaç: Duygusal yeme, olumsuz duygulara karşılık olarak gelişen aşırı yeme eğilimini anlatan bir yeme problemidir. Çalışmalar, strese maruz kalmaktan kaynaklanan fiziksel ve duygusal tükenmenin, beslenme ve yeme alışkanlıklarını değiştirdiğini göstermiştir. Koronavirüs hastalığı-2019 [coronavirus disease-2019 (COVID-19)] pandemi sürecinde uygulamasını yürüttüğümüz bu çalışma, hastane çalışanlarının COVID-19 pandemisi sırasında yaşadıkları kaygı düzeylerini ve duygusal yeme davranışı seviyelerini belirlemeyi ve aralarındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamıştır. **Gereç ve Yöntemler:** 01 Haziran 2020-01 Temmuz 2020 tarihleri arasında yürütülen bu çalışma, tanımlayıcı ve kesitsel bir çalışmadır. Araştırmada veriler "Google Forms" uygulaması aracılığı ile oluşturulan çevrim içi anketle toplanmıştır. Çalışmada sosyodemografik özellikler veri toplama formu, Duygusal Yeme Ölçeği ve Koronavirüs Kaygı Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın örneklem sayısı literatüre uygun olarak G Power 3.9.1.4 programında %95 güven aralığı (1- α), %75 test gücü (1- β) ve $d=0,25$ etki büyüklüğü ile hesaplanmış, minimum 183 katılımcı ile çalışmanın yürütülmesi planlanmıştır. Veri kaybı olma ihtimali düşünülerek çalışma, toplam 196 katılımcı ile tamamlanmıştır. **Bulgular:** Katılımcıların Duygusal Yeme Ölçeği'nden aldıkları toplam puan ortalaması $7,99\pm 5,49$, Koronavirüs Kaygı Ölçeği'nden aldıkları toplam puan ortalaması ise $1,28\pm 2,21$ olarak bulunmuştur. Duygusal yeme toplam puanı ile koronavirüs kaygı toplam puanı ($r=0,337$ $p<0,01$) arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür. **Sonuç:** Hastane çalışanlarının COVID-19 kaygı düzeyleri ve duygusal yeme düzeyleri düşük seviyede bulunmuş, kaygı seviyeleri arttıkça duygusal yeme davranışlarının arttığı görülmüştür.

ABSTRACT Objective: Emotional eating is an eating problem that describes the tendency to overeat in response to negative emotions. Studies have shown that physical and emotional exhaustion caused by exposure to stress changes nutritional and eating habits. This study, which we conducted during the coronavirus disease-2019 (COVID-19) pandemic, aimed to determine the anxiety levels and emotional eating behavior levels experienced by hospital employees during the COVID-19 pandemic and to examine the relationship between them. **Material and Methods:** This study, conducted between June 01, 2020 and July 01, 2020, is a cross-sectional and descriptive study. Data were collected using an online questionnaire created through the "Google Forms" application. Sociodemographic characteristics data collection form, Emotional Eating Scale and Coronavirus Anxiety Scale were used in the study. The sample size of the study was calculated with 95% confidence interval (1- α), 75% power (1- β) and $d=0.25$ effect size in the G Power 3.9.1.4 program in accordance with the literature, and it was planned to conduct the study with a minimum of 183 participants. Considering the possibility of data loss, the study was completed with a total of 196 participants. **Results:** The total average score of the participants from the Emotional Eating Scale was 7.99 ± 5.49 , and the total average score they received from the Coronavirus Anxiety Scale was 1.28 ± 2.21 . It was observed that there was a moderate positive relationship between the emotional eating total score and the coronavirus anxiety total score ($r=0.337$ $p<0.01$). **Conclusion:** COVID-19 anxiety levels and emotional eating behaviors of hospital workers were found to be low, and it was concluded that emotional eating behaviors increased as anxiety levels increased.

Anahtar Kelimeler: COVID-19; duygusal yeme; kaygı; sağlık personeli

Keywords: COVID-19; emotional eating; anxiety; health personnel

KAYNAK GÖSTERMEK İÇİN:

Aydoğan A, Aksu M. COVID-19 pandemisinde hastane çalışanlarında yaşanan kaygı ve duygusal yeme davranışı: Tanımlayıcı araştırma. Türkiye Klinikleri J Health Sci. 2025;10(1):171-8.

Correspondence: Miray AKSU

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Gülhane Hemşirelik Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Ankara, Türkiye

E-mail: miraymaslak@gmail.com



Peer review under responsibility of Türkiye Klinikleri Journal of Health Sciences.

Received: 05 Sep 2024

Received in revised form: 11 Oct 2024

Accepted: 16 Oct 2024

Available online: 20 Dec 2024

2536-4391 / Copyright © 2025 by Türkiye Klinikleri. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Duygusal yeme, olumsuz duygulara karşılık olarak gelişen aşırı yeme eğilimini anlatan bir yeme problemidir.¹ Normalde anksiyete, kızgınlık, depresyon vb. duygudurumları iştah azalmasına neden olurken duygusal yeme davranışı sergileyen kişiler benzer duygudurumlarında aşırı yeme davranışı gösterebilmektedirler.² Duygularımızın yeme davranışlarında etkisi çok büyük olsa da beslenmeyi nasıl etkilediğini belirlemek oldukça güçtür. Stres ve kaygılı zamanlarda tercih edilen atıştırma davranışlarının daha çok karbonhidrat ağırlıklı sağlıksız besinlerden oluşması da ayrıca fiziksel ve ruhsal sağlık için bir risk faktörü hâline gelmektedir.³

Hastane çalışanları, rutin çalışma saatleri haricinde de çalışmak durumunda kalan, hayati tehdidi bulunan görev ve sorumluluklara sahip, iş baskısı, stres ve zaman baskısı altında çalışan bir gruptur. Çalışanların sağlık ve güvenlikleri açısından yüksek riskli alanlar olarak bilinen hastanelerde özellikle koronavirüs hastalığı-2019 [coronavirus disease-2019 (COVID-19)] pandemi sürecinde mevcut risk en yüksek seviyelere ulaşmıştır. Bu riskler fiziksel, kimyasal ve biyolojik risklerin yanında psikolojik riskleri de beraberinde getirmiştir. Meslekleri gereği hastalarla direkt temas hâlinde olan hastane çalışanları ortama bağlı olarak stres ve kaygıyı daha yoğun yaşayabilmektedirler.⁴ Çalışmalar strese maruz kalmaktan kaynaklanan fiziksel ve duygusal tükenmenin, beslenme ve yeme alışkanlıklarını değiştirdiğini göstermiştir. Stres, anksiyete ve depresyon istenmeyen yeme davranışlarıyla ilişkili duygular olup, COVID-19 pandemisi sırasında bireylerin yaşadığı bu ruhsal problemler dünya çapında duygusal yeme sorunlarının daha çok arttığını göstermektedir.^{5,6} Bireyler kaygılı, aşırı stresli, üzgün, öfkeli hissettiklerinde veya baskı altında olduklarında normalden daha fazla yemekte, sonuç olarak, yemek yeme, olumsuz duygusal deneyimlerden dikkat dağınıklık veya kaçma yöntemi hâline gelmektedir.^{7,8}

COVID-19 pandemisi nedeniyle, bir taraftan tüm dünyada uygulanan güvenlik tedbirleri gereği sosyal izolasyon, belirsizlik ve korkuya bağlı artan stresin yanı sıra en riskli alanlar olan hastanelerde görevlerini icra etmek zorunda kalan sağlık çalışanlarının ruhsal sağlıkları üzerindeki olumsuz etkisi; diğer taraftan beslenme alışkanlıklarında meydana gelen

değişimler ve azalan fiziksel aktivite düzeyleri gibi unsurların, hastane çalışanlarının psikolojik sağlıkları ve beslenme davranışlarında dikkat çekici değişimlere yol açtığını düşündürmektedir. Buradan yola çıkarak bu çalışmada amacımız, hastane çalışanlarının COVID-19 pandemisi sırasında yaşadıkları kaygı düzeylerini ve duygusal yeme davranışı seviyelerini belirlemek ve aralarındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.

GEREÇ VE YÖNTEMLER

Bu çalışma, COVID-19 pandemi sürecinde öğrenci yurduna görevlendirilen hastane çalışanlarının yaşadıkları kaygı duygusu ile duygusal yeme davranışları arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacı ile kesitsel ve tanımlayıcı türde yapılmıştır.

ARAŞTIRMANIN EVRENİ VE ÖRNEKLEMİ

Araştırmanın evrenini öğrenci yurduna görevlendirme ile gelen doktorlar, hemşireler, sağlık teknisyenleri ve sağlık memurları, eczacılar, güvenlik görevlileri ile diğer hastane çalışanları (temizlik görevlisi, tıbbi sekreter, bilgi işlem personeli, mutfak personeli) oluşturmuştur. Belirtilen tarihler arasında öğrenci yurduna görevlendirilen tüm çalışanlar araştırmaya dâhil edilmiştir. Araştırmanın örneklem sayısı G*Power 3.9.1.4 (Heinrich-Heine Üniversitesi, Düsseldorf, Almanya) programında %95 güven aralığı (1- α), %75 test gücü (1- β) ve d=0,25 etki büyüklüğü ile hesaplanmıştır. Yapılan istatistiksel analiz sonucunda minimum 183 katılımcı ile çalışmanın yürütülmesi planlanmıştır. Çalışmadan ayrılma ve devam edememe gibi nedenlerle veri kaybı olma ihtimali düşünülerek çalışma, toplam 196 katılımcı ile tamamlanmıştır.

ÇALIŞMANIN YERİ ZAMANI VE TASARIMI

Araştırma, Ankara Beytepe’de bir eğitim ve araştırma hastanesine bağlı olarak hizmet veren COVID-19 vakalarının zorunlu karantina nedeni ile yatışlarının yapıldığı, tedavi ve takiplerinin uygulandığı bir öğrenci yurdunda yürütülmüştür.

01 Haziran 2020-31 Temmuz 2020 tarihleri arasında Google Forms (Google, ABD) üzerinde hazırlanan anket formunun linki öğrenci yurduna görevlendirilen hastane çalışanlarına WhatsApp (WhatsApp, ABD) uygulaması üzerinden iletilmiştir. Bulaş riskini ve virüs yükünü en aza indirmek amacı

ile özellikle sağlık çalışanlarının vardiyaları 5 günde bir 24 saat olacak şekilde planlanmakta idi. Belirtilen dönemde görevlendirilen tüm çalışanlara ulaşılmaya çalışılmıştır.

Katılımcıların yaş ortalaması 36,03±7,7 olup %38,3'ü 30-39 yaş aralığında, %60,2'si kadın, %62,2'si üniversite mezunu, %42,3'ü hemşiredir (Tablo 1).

VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Veriler "Google Forms" uygulaması aracılığı ile oluşturulan çevrim içi anket formu ile toplanmıştır. Formda sosyodemografik bilgi formu, Duygusal Yeme Ölçeği (DYÖ) ve Koronavirüs Kaygı Ölçeği kullanılmıştır.

Sosyodemografik Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından oluşturulan yaş, cinsiyet, kronik hastalık, alkol-sigara kullanım durumu vb. gibi bilgileri elde etmek için sorulan toplam 11 açık uçlu ve çoktan seçmeli sorudan oluşmaktadır.

DYÖ: Obez ve kilolu kişilerin duygusal yeme davranışlarını değerlendirmek amacıyla Garaulet ve ark. tarafından geliştirilmiştir. DYÖ, 10 maddeden ve 3 alt boyuttan (yeme isteğini engelleyememe-disinhibition; yiyecek türleri-type of food; suçluluk hissi-

guilt) oluşmakta, sorular 4 seçenekli ("0" Asla, "1" Bazen, "2" Genellikle ve "3" Her zaman) Likert tipi skala üzerinde yanıtlanmaktadır. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Ölçekten en düşük "0" en yüksek "30" puan alınmaktadır. Ölçekten "0-5" arasında bir puan alındığında "duygusal yiyici olunmadığını", "6-10" puan arasında "düşük düzeyde duygusal yiyici" olduğunu, "11-20" puan arası "duygusal yiyici olduğunu" ve "21-30" puan arası "çok duygusal yiyici" olduğunu, ölçekten alınan yüksek puanlar, duygusal yeme davranışının yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. Orijinal ölçekte test-yeniden test güvenilirlik katsayısı 0,70, yeme isteğini engellememe- "disinhibition" alt boyutu için 0,77; yiyeceğin türü-"type of food" alt boyutu için 0,66 ve suçluluk hissi-"guilt" alt boyutu için 0,61 olarak bulunmuştur.⁹ Ülkemizde geçerlik güvenilirlik çalışması Arslantaş ve ark. tarafından yapılmıştır. Türkçe versiyonunda da tıpkı orijinal ölçekte olduğu gibi "yeme isteğini engelleyememe", "yiyeceğin türü" ve "suçluluk hissi" olmak üzere üçlü bir faktör yapısı gösterdiği bildirilmiştir. Her bir maddenin düzeltilmiş madde toplam puan korelasyon katsayıları 0,34 düzeyinin üzerindedir. Ölçeğin faktörlere göre oluşturulan 3 boyutunun iç tutarlık katsayıları; yeme isteğini engelleyememe boyutu için 0,81; yiyeceğin türü boyutu için 0,57 ve suçluluk hissi boyutu için 0,64 ve ölçeğin tümü için 0,84 olarak bulunmuştur, bizim çalışmamızda ise iç tutarlılık katsayısı ölçeğin tümü için 0,92 olarak bulunmuştur. Arslantaş ve ark. araştırmacılara ölçeğin toplam puanı üzerinden çalışmalarını önermektedirler bu nedenle bu çalışmada ölçeğin toplam puanı üzerinden değerlendirmeler yapılmıştır.¹

Koronavirüs Kaygı Ölçeği: Lee tarafından geliştirilen 5 maddeden oluşan 5'li Likert tipi ölçektir. Her madde, önceki 2 hafta boyunca 0 (Hiç değil) ile 4 (Neredeyse her gün) arasında değişen semptom sıklığını yansıtır. Ölçekten alınabilecek minimum puan 0'dır; maksimum puan 20'dir. Kesme puanı 9'dur. Ölçekten elde edilen puanlar yükseldikçe bireylerin koronavirüs kaygılarının yükseldiği görülmektedir. Koronavirüs Kaygı Ölçeği'nde ters puanlı madde bulunmamaktadır. Disfonksiyonel anksiyetesi olan ve olmayanları iyi ayırt eden güvenilir ve geçerli bir ölçüm aracıdır.¹⁰ Ölçeğin orijinal versiyonunda iç tu-

TABLO 1: Tanıtıcı özellikler (n=196).

Özellikler	n	%
Yaş		
20-29	48	24,5
30-39	75	38,3
40-49	70	35,7
50-59	3	1,5
Cinsiyet		
Kadın	118	60,2
Erkek	78	39,8
Eğitim durumu		
İlköğretim	10	5,1
Ortaöğretim	64	32,7
Üniversite	122	62,2
Meslek		
Doktor	20	10,2
Hemşire, ebe	83	42,3
Sağlık teknisyeni, sağlık memuru, eczacı	7	3,6
Güvenlik görevlisi	59	30,1
Diğer*	27	13,8

*Temizlik görevlisi, tıbbi sektör, bilgi işlem personeli, mutfak personeli.

tarlılık katsayısı 0,93 olarak bulunmuştur. Akkuzu ve ark. tarafından yapılan Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasında iç tutarlılık katsayısı 0,81 olarak bulunmuş olan ölçeğin bizim çalışmamızdaki iç tutarlılık katsayısı 0,706 olarak bulunmuştur.¹¹

İşlem

Araştırmanın yapılabilmesi için öncelikle Sağlık Bakanlığı COVID-19 Bilimsel Araştırma Kurulundan onay alınmıştır (2020-05-14T23_59_16). Sağlık Bakanlığı onayının ardından araştırmanın etik boyutunun değerlendirilebilmesi ve onay alınması için Sağlık Bilimleri Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan onay alınmıştır (tarih: 26 Mayıs 2020, no: 2020/236). Etik kurul onayı alındıktan sonra çalışmanın hastanenin bağlı olduğu öğrenci yurdunda yürütülebilmesi için gerekli olan kurum izni alınmış ve çalışmaya başlanmıştır. Katılımcıların araştırmaya katılma konusunda gönüllü olduklarına ilişkin aydınlatılmış onam formunu çevrim içi olarak onaylamaları sağlanmıştır. Çalışma Helsinki Deklarasyonu prensiplerine uygun olarak yapılmıştır. Veriler, “Google Forms” uygulaması aracılığı ile oluşturulan çevrim içi anket formu ile toplanmıştır. Çalışmaya katılmayı kabul eden katılımcılar öncelikle araştırmacıların telefon rehberlerine eklenmiş, sonrasında formlar katılımcıların telefonlarına WhatsApp uygulaması üzerinden gönderilmiştir. Uygulama süresi 8-10 dk arasında süren formları katılımcıların doldurması istenmiştir, ayrıca çevrim içi anketlerde de katılımcıların onamları alınmıştır.

Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 22.0 (IBM, ABD) istatistik paket programı kullanılarak değerlendirilmiştir. Verilerin tanımlanmasında sayı, yüzdelik, ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri kullanılmıştır. Verilerin normal

dağılımı Kolmogorov-Smirnov testi ile değerlendirilmiştir. Verilerin normal dağılmaması nedeni ile ölçekler arasındaki ilişkiye Spearman korelasyon analizi kullanılarak bakılmıştır. $p < 0,05$ düzeyi istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

BULGULAR

Katılımcıların duygusal yeme puan ortalamaları ve Koronavirüs Kaygı Ölçeği’nden aldıkları puan ortalamaları **Tablo 2**’de verilmiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre katılımcıların DYÖ’den aldıkları toplam puan ortalaması $7,99 \pm 5,49$, Koronavirüs Kaygı Ölçeği’nden aldıkları toplam puan ortalaması ise $1,28 \pm 2,21$ olarak bulunmuştur.

Ölçek kesme puanları dikkate alınarak yapılan analizde katılımcıların %98,9’unun 0-9 puan aralığında bir puan alarak düşük kaygı düzeyine sahip oldukları, %38,2’si duygusal yiyici değilken %27’si düşük düzeyde duygusal yiyici, %32,1’i duygusal yiyici ve %2,5’inin ise yüksek düzeyde duygusal yiyici oldukları bulunmuştur (**Tablo 3**).

Koronavirüs kaygı toplam puanı arasındaki ilişkiyi belirlemek için Spearman korelasyon analizi yapıldı. Duygusal yeme toplam puanı ile koronavirüs kaygı toplam puanı ($r=0,337$ $p < 0,01$) arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki olduğu görüldü. Bireylerin koronavirüs kaygı puanları arttıkça duygusal yeme davranışları da artmaktadır (**Tablo 4**).

TABLO 2: Katılımcıların duygusal yeme ve koronavirüs kaygı ölçeklerinden aldıkları toplam puan ortalamaları (n=196)

Ölçekler	$\bar{X} \pm SS$	Minimum	Maksimum
Duygusal yeme toplam puan	$7,99 \pm 5,49$	0	21
Koronavirüs kaygı toplam puan	$1,28 \pm 2,21$	0	15

SS: Standart sapma.

TABLO 3: Katılımcıların koronavirüs kaygı ve duygusal yeme düzeyleri.

Koronavirüs kaygı düzeyleri	n	%	Duygusal yeme düzeyleri	n	%
0-9 puan düşük kaygı düzeyi	194	98,9	0-5 duygusal yiyici değil	75	38,2
			6-10 düşük düzeyde duygusal Yiyici	53	27,0
10 ve üzeri yüksek kaygı	2	1,02	11-20 duygusal yiyici	63	32,1
			21-30 yüksek düzey duygusal yiyici	5	2,5
Toplam	196		Toplam	196	100

TABLO 4: Duygusal yeme toplam puanları ve koronavirüs kaygı toplam puanlarının korelasyon analizi (n=196).

	Duygusal yeme toplam puanı	Koronavirüs kaygı toplam puanı
Duygusal yeme toplam puanı	r=1	r=0,339* p=0,001
Koronavirüs kaygı toplam puanı	r=0,339* p=0,001	r=1

*Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlıdır.

TARTIŞMA

Bu çalışma, öğrenci yurdunda görevlendirme ile çalışan hastane çalışanlarının COVID-19 pandemisi sırasında yaşadıkları kaygı düzeylerini ve duygusal yeme davranışı seviyelerini belirlemeyi ve aralarındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamıştır. Çalışmada elde edilen sonuçlar hastane çalışanlarının kaygı puanlarının ve duygusal yeme puanlarının ortalamasının altında olduğunu, kaygı seviyeleri arttıkça duygusal yeme davranışlarının da artma eğiliminde olduğunu göstermiştir. Dünya tarihine bakıldığında, tüm kitleleri etkisi altına alan ve ölüm riskinin yüksek olduğu bu tür pandemilerde bireylerin ruh sağlıklarının olumsuz yönde etkilendiği, kaygı, stres ve depresyon seviyelerinin arttığı bilinmektedir.^{12,13} COVID-19 pandemisi sırasında salgının hızlı bir şekilde yayılıyor olması, televizyonlar ve sosyal medyada her gün yeni vaka sayılarının ve vefat sayılarının paylaşılıyor olması bireylerdeki stres ve kaygı semptomlarının daha da artmasına neden olmuştur.¹⁴

Uluslararası düzeyde yapılan çalışmalar incelendiğinde, sağlık çalışanlarının ruhsal durumlarını araştıran çok sayıda çalışmaya rastlanmaktadır. Çalışma bulgularında en belirgin sonuçlardan birisi sağlık çalışanlarının yaşadığı en yoğun ruhsal problemin kaygı olmasıdır.¹⁵⁻²¹ Özellikle ön saflarda çalışmanın psikolojik sorunlar için önemli bir risk faktörü olduğu görülmektedir.^{22,23} Çalışmada hastane çalışanlarının kaygı seviyelerinin düşük düzeyde bulunması katılımcıların çalışma ortamının ve bakım verdikleri hasta grubunun genel durumu ile yakından ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bakım verilen hasta popülasyonunun genel durumlarının iyi olması ve bakım

yükü oluşturmamaları, sadece test sonuçları pozitif olduğu için karantina altında tutuluyor olmaları ayrıca öğrenci yurdunun bulunduğu yerin fiziki koşulları ve görevlendirilen tüm personelin eşit şartlar altında çalışıyor olması, kurum tarafından sağlanan ekipmanların sayısının yeterli olması çalışanların kaygı seviyelerinin daha düşük seviyelerde çıkmasını sağladığını düşündürmektedir. Bu bulgu ışığında çalışma koşullarının önemine ve bireyler üzerinde yarattığı olumlu etkiye atıfta bulunmanın yerinde bir çıkarım olacağı değerlendirilmektedir. Nashwan ve ark.nın 2021 yılında Katar'daki sağlık çalışanları ile yürüttükleri çalışmalarında, COVID-19 servislerinde çalışan hemşirelerle COVID-19 servislerinde çalışmayan hemşirelerin stres ve kaygı seviyeleri arasında anlamlı bir fark bulunamamış farkın anlamlı olmayışının temel nedeninin çalışanların ekipman ve sosyal destek yönünden iyi şekilde desteklendiklerinden kaynaklandığı belirtilmiştir.²⁴ Benzer şekilde Xiao ve ark. ile Yu ve ark., olumlu başa çıkma stratejileri ve artan sosyal desteğin, hemşireler arasında daha düşük kaygı ve stres düzeyleri ve daha düşük psikolojik sıkıntı düzeyleri ile ilişkili olduğunu bildirmişlerdir.^{25,26} Ayrıca çalışmaya katılan sağlık çalışanlarının yaş dağılımları dikkate alındığında %75'inden fazlasının 30 yaşın üzerinde sağlık çalışanlarından oluştuğu ve yaş faktörünün çalışanların kaygılarını doğru yönetmede etkili olduğunu düşündürmektedir. Ricalde-Castillo ve ark. 2023 yılında yayınladıkları ve 500 hemşire ile yürüttükleri çalışmalarında, COVID-19 ile ilgili endişenin özellikle genç hemşirelerde belirgin olduğuna ve 35 yaşın altındaki hemşirelerde tahmin edilenden daha fazla sayıda salgın nedeniyle mesleği bırakma görüldüğüne dikkat çekmişlerdir.²⁷ Özellikle çalışmanın yürütüldüğü dönemin ülkemizde pandeminin görülmeye başlanmasından hemen sonra olmaması, bu süreçte erken dönemin atlatılarak virüsle ilgili çalışanların bilgi düzeylerinin artmış olması da çalışanların COVID-19 kaygısı sonuçlarında etkili olduğunu düşündürmektedir. Çalışmalarda akut dönemde yüksek olarak bulunan kaygı seviyeleri süreçle birlikte daha normal seviyelere inmiş, ayrıca çalışmanın yürütüldüğü ortam da sağlık çalışanlarının kaygı seviyelerinde etkili olmuş, bireylerin baş etme gücünü olumlu yönde etkilemiştir. Çalışma sonuçları genel literatürün aksini söylemesi nedeni ile

diğer çalışmalardan ayrılmakta ve okuyucuya farklı bir bakış açısı sunmaktadır. Bu durumun çalışmanın güçlü yanını oluşturduğu düşünülmektedir.

Çalışma sonuçları katılımcıların düşük düzeyde duygusal yiyici olduklarını ve kaygı seviyeleri ile duygusal yiyici olma davranışları arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki olduğunu göstermiştir. Yapılan araştırmalar, COVID-19 pandemisi nedeniyle psikolojik faktörlerin ve artan stresin yeme davranışlarını değiştirebileceğini ve yeme bozukluğu semptomlarını tetikleyebileceğini göstermiştir.^{28,29} Kaygı, huzursuzluk, öfke, korku ve heyecan gibi yoğun duyguların yemek yeme motivasyonunu ve alınan yiyecek miktarını artırarak yeme davranışlarında büyük değişiklikler yarattığı belirtilmiştir.³⁰ Kalkan Uğurlu ve ark. COVID-19 pandemi sürecinin hemşirelik öğrencilerinin ruh sağlığını ve yeme davranışlarını etkilediğini belirtmişlerdir.³¹ Celik Erden ve ark. Türkiye de yürüttükleri çalışmalarında, duygusal yeme davranışının bizim çalışmamızla paralel olarak artan kaygı seviyesi ile ilişkili olduğunu belirtmişlerdir.³² Ricalde-Castillo ve ark. da COVID-19 pandemi sürecinde hemşirelerin düşük düzeyde duygusal yeme davranışı gösterdiklerini bu davranışlarının COVID-19 endişesi üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu belirtmişlerdir.²⁷

Literatürde son 5 yılda sağlık çalışanlarının yeme davranışlarını konu alan çalışmalar incelendiğinde, çalışmaların çoğunun COVID-19 pandemisi ile ilişkilendirildiği ve bu çalışmalarda sağlık çalışanlarının karşılaştığı yüksek stres seviyelerinin beslenme alışkanlıklarını olumsuz etkilediği görülmektedir. Mısır'da yapılan bir çalışmada, pandeminin başlangıcında sağlık çalışanlarının %42'si daha fazla öğün tüketmeye başladığını, %46'sı ise tatlı ve abur cubur tüketimini artırdığını, katılımcıların 2/5'inden fazlasının karantina sonucu kilolarının arttığını belirtmişler ve katılımcıların toplam duygusal yeme puanları ile algılanan toplam stres puanları arasında pozitif yönlü korelasyon olduğunu belirtmişlerdir.⁸ Çin'de yapılan bir araştırma, pandemi sürecinde ön cephede çalışan sağlık personelinin duygusal tükenmişliğinin, sağlıksız beslenme alışkanlıklarına yol açtığını ortaya koymuştur.³³ ABD'de yapılan bir başka araştırma, pandemi süresince sağlık çalışanlarının beslenme alışkanlıklarında yaşanan de-

ğişimlerin uzun vadeli etkilerini incelemiş, çalışmaya katılan birçok kişi, pandeminin başında kötüleşen beslenme alışkanlıklarının zamanla düzelmeye başladığını belirtmiş olsa da bazıları için bu olumsuz etkiler kalıcı olmuştur. Bu sonuçlar, sağlık çalışanlarına yönelik destekleyici stratejilerin geliştirilmesi gerektiğine işaret etmektedir.³⁴

ÇALIŞMANIN SINIRLILIKLARI

COVID-19 pandemisi sürecinde uygulamasını yürüttüğümüz bu çalışmanın bazı sınırlılıkları da mevcuttur. Çalışma, öncelikle kesitsel tasarımı ve boyamsal takip eksikliği ile sınırlıdır. Pandemi öncesi katılımcıların duygusal yeme davranışlarını bilemediğimiz için sonuçları direkt olarak pandemiye atfedemeyiz. Çalışmanın çevrim içi olarak yürütülmesi ve sadece tek bir öğrenci yurdunda görevlendirilen hastane çalışanlarını kapsadığı için örneklem sayısına ulaşmakta zorluklar yaşanmıştır.

SONUÇ

Bu çalışma, öğrenci yurdunda görevlendirilmiş hastane çalışanlarının COVID-19 pandemisi sırasında yaşadıkları kaygı seviyeleri ve duygusal yeme davranışlarını inceleyerek, kaygı ve duygusal yeme arasındaki ilişkiyi ortaya koymuştur. Çalışmanın sonuçları, katılımcıların kaygı düzeylerinin düşük olmasına rağmen kaygı seviyeleri arttıkça duygusal yeme davranışının da arttığını göstermiştir.

Çalışmanın güçlü yönlerinden biri, katılımcıların çalışma ortamlarının ve görev aldıkları hasta popülasyonunun koşullarının kaygı seviyeleri üzerindeki etkilerini vurgulamasıdır. Çalışma ortamlarının iyileştirilmesi, ekipman desteğinin yeterliliği ve sosyal destek unsurları, sağlık çalışanlarının kaygı seviyelerini olumlu yönde etkilediğini göstermiştir.

Hastane ortamları herhangi bir sekonder neden olmasa da stres ve kaygı seviyelerinin yüksek olduğu ortamlar olarak değerlendirildiğinden bu ortamlarda görev alan sağlık çalışanlarının stres seviyelerini azaltacak çalışma ortamlarının düzenlenmesi, kaygı yönetimi ve sağlıklı beslenme alışkanlıkları kazandırmaya yönelik müdahale çalışmalarının geliştirilmesi ve bu müdahalelerin sağlık çalışanları üzerindeki etkilerinin değerlendirilmesinin gelecek

çalışmalar için yol gösterici olacağı düşünülmektedir. Özellikle obez hastane çalışanlarının ve risk altındaki sağlık çalışanlarının, duygusal yeme konusunda bilinçlendirilmesinin son derece önemli olduğu, kötü beslenme alışkanlıklarının uzun vadede bireylerin fiziksel sağlıklarını etkilediği düşünüldüğünde yönetim kadroları tarafından özellikle risk grupları açısından gerekli önlemler alınmadığı takdirde uzun vadede ciddi bir halk sağlığı sorunu ile karşı karşıya kalılabileceği düşünülmektedir. Bu konuda hastane yönetiminde görev alan sağlık bakım hizmetleri müdürlüğüne, destek ve kalite hizmetleri müdürlüğüne, hizmet içi eğitimlerin planlanmasından sorumlu olan servis sorumlu hemşirelerine, eğitim hemşirelerine ve sekonder görevi hastane personellerinin duygudurumları ile ilgilenmek olan konsültasyon liyezon psikiyatrisi hemşirelerine büyük sorumlulukların düştüğü değerlendirilmektedir.

Sonuç olarak çalışmanın, sağlık çalışanlarının karşılaştıkları stres ve kaygıyla başa çıkmada bireysel ve çevresel faktörlerin etkilerini anlamada değerli bir bakış açısı sunduğu düşünülmektedir. Gelecekteki çalışmalar, bu bulguları desteklemek ve sağlık çalışanlarının uzun vadeli psikolojik sağlığını korumak için daha fazla bilgi sağlamayı amaçlamalıdır.

Teşekkürler

Çalışmaya katılan tüm hastane çalışanlarına teşekkür ederiz.

Finansal Kaynak

Bu çalışma sırasında, yapılan araştırma konusu ile ilgili doğrudan bağlantısı bulunan herhangi bir ilaç firmasından, tıbbi alet, gereç ve malzeme sağlayan ve/veya üreten bir firma veya herhangi bir ticari firmadan, çalışmanın değerlendirme sürecinde, çalışma ile ilgili verilecek kararı olumsuz etkileyebilecek maddi ve/veya manevi herhangi bir destek alınmamıştır.

Çıkar Çatışması

Bu çalışma ile ilgili olarak yazarların ve/veya aile bireylerinin çıkar çatışması potansiyeli olabilecek bilimsel ve tıbbi komite üyeliği veya üyeleri ile ilişkisi, danışmanlık, bilirkişilik, herhangi bir firmada çalışma durumu, hissedarlık ve benzer durumları yoktur.

Yazar Katkıları

Fikir/Kavram: Arzu Aydoğan; **Tasarım:** Arzu Aydoğan, Miray Aksu; **Denetleme/Danışmanlık:** Arzu Aydoğan, Miray Aksu; **Veri Toplama ve/veya İşleme:** Arzu Aydoğan, Miray Aksu; **Analiz ve/veya Yorum:** Arzu Aydoğan, Miray Aksu; **Kaynak Taraması:** Arzu Aydoğan, Miray Aksu; **Makalenin Yazımı:** Arzu Aydoğan, Miray Aksu; **Eleştirel İnceleme:** Arzu Aydoğan, Miray Aksu; **Kaynaklar ve Fon Sağlama:** Arzu Aydoğan, Miray Aksu; **Malzeme:** Arzu Aydoğan, Miray Aksu.

KAYNAKLAR

1. Arslantaş H, Dereboy F, Yüksel R, İnalkaç S. Duygusal Yeme Ölçeğinin Türkçe çevirisinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması [Validity and reliability of the Turkish version of the Emotional Eater Questionnaire (EEQ-TR)]. *Türk Psikiyatri Dergisi* 2019;31(2):122-30. [Link]
2. Serin Y, Şanlıer N. Duygusal yeme, besin alımını etkileyen faktörler ve temel hemşirelik yaklaşımları [Emotional eating, the factors that affect food intake, and basic approaches to nursing care of patients with eating disorders]. *J Psychiatric Nurs*. 2018;9(2):135-46. [Link]
3. Macht M. How emotions affect eating: a five-way model. *Appetite*. 2008;50(1):1-11. [Crossref] [PubMed]
4. Oliver G, Wardle J, Gibson EL. Stress and food choice: a laboratory study. *Psychosom Med*. 2000;62(6):853-65. [Crossref] [PubMed]
5. Zellner DA, Loaiza S, Gonzalez Z, Pita J, Morales J, Pecora D, et al. Food selection changes under stress. *Physiol Behav*. 2006;87(4):789-93. [Crossref] [PubMed]
6. Wallis DJ, Hetherington MM. Emotions and eating. Self-reported and experimentally induced changes in food intake under stress. *Appetite*. 2009;52(2):355-62. [Crossref] [PubMed]
7. Güneşer R, Him H. Evaluation of perceived stress level and emotional eating behaviors of sports college students during the COVID-19 pandemic. *Sakarya Medical Journal*. 2021;11(2):434-41. [Crossref]
8. Shehata WM, Abdeldaim DE. Emotional eating in relation to psychological stress during COVID-19 pandemic: a cross-sectional study in faculty of medicine, Tanta University, Egypt. *BMC Public Health*. 2023;23(1):277. [Crossref] [PubMed] [PMC]
9. Garaulet M, Canteras M, Morales E, López-Guimera G, Sánchez-Carracedo D, Corbalán-Tutau MD. Validation of a questionnaire on emotional eating for use in cases of obesity: the Emotional Eater Questionnaire (EEQ). *Nutr Hosp*. 2012;27(2):645-51. [PubMed]
10. Lee SA. Coronavirus Anxiety Scale: a brief mental health screener for COVID-19 related anxiety. *Death Stud*. 2020;44(7):393-401. [Crossref] [PubMed]
11. Akkuzu H, Yumuşak FN, Karaman G, Ladikli N, Türkkan Z, Bahadır E. Koronavirüs Kaygı Ölçeği'nin Türkçe güvenilirlik ve geçerlik çalışması [The reliability and validity of Turkish Version of Coronavirus Anxiety Scale]. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*. 2020;2(2):63-7. [Link]
12. Balaratnasingam S, Janca A. Mass hysteria revisited. *Curr Opin Psychiatry*. 2006;19(2):171-4. [Crossref] [PubMed]
13. Aydoğan A. Pandemilerde konsültasyon liyezon psikiyatrisi hemşireliği. Gürhan N, editör. *Pandemide Psikiyatri Hemşireliği*. 1. Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2020. p.88-91.

14. Fiorillo A, Gorwood P. The consequences of the COVID-19 pandemic on mental health and implications for clinical practice. *Eur Psychiatry*. 2020;63(1):e32. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
15. Mattila E, Peltokoski J, Neva MH, Kaunonen M, Helminen M, Parkkila AK. COVID-19: anxiety among hospital staff and associated factors. *Ann Med*. 2021;53(1):237-46. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
16. Alenazi TH, BinDhim NF, Alenazi MH, Tamim H, Almagrabi RS, Aljohani SM, et al. Prevalence and predictors of anxiety among healthcare workers in Saudi Arabia during the COVID-19 pandemic. *J Infect Public Health*. 2020;13(11):1645-51. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
17. Setiawati Y, Wahyuhadi J, Joestandari F, Maramis MM, Atika A. Anxiety and resilience of healthcare workers during COVID-19 pandemic in Indonesia. *J Multidiscip Healthc*. 2021;14:1-8. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
18. Sahebi A, Nejati-Zarnaqi B, Moayed S, Yousefi K, Torres M, Golitaleb M. The prevalence of anxiety and depression among healthcare workers during the COVID-19 pandemic: an umbrella review of meta-analyses. *Prog Neuropsychopharmacol Biol Psychiatry*. 2021;107:110247. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
19. Marvaldi M, Mallet J, Dubertret C, Moro MR, Guessoum SB. Anxiety, depression, trauma-related, and sleep disorders among healthcare workers during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Neurosci Biobehav Rev*. 2021;126:252-64. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
20. Dragioti E, Tsartsalis D, Mentis M, Mantzoukas S, Gouva M. Impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of hospital staff: An umbrella review of 44 meta-analyses. *Int J Nurs Stud*. 2022;131:104272. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
21. Al Maqbali M, Alsayed A, Hughes C, Hacker E, Dickens GL. Stress, anxiety, depression and sleep disturbance among healthcare professional during the COVID-19 pandemic: an umbrella review of 72 meta-analyses. *PLoS One*. 2024;19(5):e0302597. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
22. Buselli R, Corsi M, Baldanzi S, Chiumiento M, Del Lupo E, Dell'Oste V, et al. professional quality of life and mental health outcomes among health care workers exposed to Sars-Cov-2 (Covid-19). *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(17):6180. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
23. Nie A, Su X, Zhang S, Guan W, Li J. Psychological impact of COVID-19 outbreak on frontline nurses: a cross-sectional survey study. *J Clin Nurs*. 2020;29(21-22):4217-26. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
24. Nashwan AJ, Villar RC, Al-Qudimat AR, Kader N, Alabdulla M, Abujaber AA, et al. Quality of life, sleep quality, depression, anxiety, stress, eating habits, and social bounds in nurses during the coronavirus disease 2019 pandemic in Qatar (The PROTECTOR Study): a cross-sectional, comparative study. *J Pers Med*. 2021;11(9):918. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
25. Xiao H, Zhang Y, Kong D, Li S, Yang N. The effects of social support on sleep quality of medical staff treating patients with coronavirus disease 2019 (COVID-19) in January and February 2020 in China. *Med Sci Monit*. 2020;26:e923549. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
26. Yu H, Li M, Li Z, Xiang W, Yuan Y, Liu Y, et al. Coping style, social support and psychological distress in the general Chinese population in the early stages of the COVID-19 epidemic. *BMC Psychiatry*. 2020;20(1):426. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
27. Ricalde-Castillo Y, Celis-Mendoza M, Morales-García M, Huancahuire-Vega S, Calizaya-Milla YE, Saintila J, et al. Sociodemographic factors, mental health, and emotional eating associated with concern for COVID-19 contagion in nurses: a cross-sectional study. *J Prim Care Community Health*. 2023;14:21501319231200400. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
28. Shen W, Long LM, Shih CH, Ludy MJ. A humanities-based explanation for the effects of emotional eating and perceived stress on food choice motives during the COVID-19 pandemic. *Nutrients*. 2020;12(9):2712. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
29. Barcin-Güzeldere HK, Devrim-Lanpir A. The association between body mass index, emotional eating and perceived stress during COVID-19 partial quarantine in healthy adults. *Public Health Nutr*. 2022;25(1):43-50. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
30. Järvelä-Reijonen E, Karhunen L, Sairanen E, Rantala S, Laitinen J, Puttonen S, et al. High perceived stress is associated with unfavorable eating behavior in overweight and obese Finns of working age. *Appetite*. 2016;103:249-58. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
31. Kalkan Uğurlu Y, Mataracı Değirmenci D, Durgun H, Gök Uğur H. The examination of the relationship between nursing students' depression, anxiety and stress levels and restrictive, emotional, and external eating behaviors in COVID-19 social isolation process. *Perspect Psychiatr Care*. 2021;57(2):507-16. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
32. Celik Erden S, Karakus Yılmaz B, Kozaci N, Uygur AB, Yigit Y, Karakus K, et al. The relationship between depression, anxiety, and stress levels and eating behavior in emergency service workers. *Cureus*. 2023;15(2):e35504. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
33. Yan W, Zhou X, Song C, Luo X, Wang H, Yin P, et al. Emotional exhaustion and unhealthy eating among COVID-19 front-line healthcare workers during recuperation: a cross-sectional study. *Front Public Health*. 2022;10:926395. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
34. Shenkman R, Diewald L, Murray MB, Oliver TL. Unveiling lived experiences: exploring the health and lifestyle effects of COVID-19 on healthcare workers. *Nutrients*. 2023;15(23):4857. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]