

ÖĞRETMEN ADAYI ÖĞRENCİLERİN OBEZİTEYE YÖNELİK TUTUMLARI ATTITUDES OF PRE-SERVICE TEACHERS TOWARDS OBESITY

Doç. Dr. Şirin ÇETİN

Amasya Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Biyoistatistik Anabilim Dalı, Amasya
cetinsirin55@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0001-9878-2554>

Diyetisyen Esra OLGUN

Amasya Sağlık Müdürlüğü, Toplum Sağlığı Merkezi, Sağlıklı Hayat Merkezi, Amasya
dyt.esraolgun@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-3764-4366>

ÖZET

Bu araştırma, öğretmen adaylarının obeziteye yönelik tutumlarını ve farkındalık düzeylerini inceleyerek, bu bireylerin gelecekteki mesleki rollerinde obezite ile mücadele ve sağlık eğitimi konusundaki potansiyel etkilerini değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Son yıllarda, obezite oranları dünya genelinde hızla artmakta ve özellikle çocuklar ve gençler arasında önemli bir halk sağlığı sorunu haline gelmektedir. Obezite, kalp-damar hastalıkları, diyabet ve bazı kanser türleri gibi ciddi sağlık sorunlarına yol açarak, bireylerin yaşam kalitesini düşürmektedir. Bu bağlamda, öğretmenlerin öğrencilerine sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite alışkanlıkları kazandırmaları, obeziteyle mücadelede kritik bir rol oynamaktadır. Çalışmada, 18-20 yaş aralığındaki 477 öğretmen adayı öğrenciye "Dengeli Beslenme ve Obezite ile İlgili Tutumlarının Belirlenmesine Yönelik Ölçek" uygulanmıştır. Katılımcıların %21.4'ü obez, %78.6'sı normal veya fazla kilolu olarak belirlenmiştir. Ayrıca, yurtda kalan öğrencilerin obezite oranının evde kalanlara göre daha yüksek olduğu ve kız öğrencilerin obezite konusunda erkek öğrencilere göre daha bilinçli olduğu tespit edilmiştir. Obeziteli öğrencilerin ölçek puanlarının, normal ve fazla kilolu öğrencilere göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Araştırma sonuçları, öğretmen adaylarının obeziteye karşı olumlu tutumlar sergilediğini ve bu durumun gelecekte öğrencilerinin sağlıklı yaşam alışkanlıkları kazanmalarında etkili olabileceğini ortaya koymaktadır. Öğretmen yetiştirme programlarında, obezite farkındalığının artırılmasına yönelik eğitimlerin yer alması gerektiği vurgulanmaktadır. Bu tür eğitimlerin yaygınlaştırılması, toplum sağlığını iyileştirmede ve gelecekte obezite oranlarının düşürülmesinde önemli bir adım olarak değerlendirilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Obezite Farkındalığı, Eğitimde Sağlıklı Yaşam, Öğretmen Adaylarının Tutumları

ABSTRACT

This study aims to examine the attitudes and awareness levels of pre-service teachers towards obesity, evaluating their potential impact on combating obesity and providing health education in their future professional roles. In recent years, obesity rates have been rapidly increasing worldwide, becoming a significant public health issue, especially among children and adolescents. Obesity leads to serious health problems such as cardiovascular diseases, diabetes, and certain types of cancer, significantly reducing individuals' quality of life. In this context, teachers play a critical role in combating obesity by promoting healthy eating and physical activity habits among their students. In this study, the "Scale for Assessing Attitudes towards Balanced Nutrition and Obesity," developed by Kat Öztürk, was administered to 477 students. Among the participants, 21.4% were classified as obese, while 78.6% were found to be normal or overweight. Additionally, it was observed that the obesity rate was higher among students residing in dormitories compared to those living at home, and female students were found to be more conscious about obesity than male students. The scale scores of obese

students were higher compared to those of normal and overweight students. The results of the study indicate that pre-service teachers generally exhibit positive attitudes towards obesity, suggesting that this could have a beneficial effect on their students' adoption of healthy lifestyle habits in the future. It is emphasized that teacher education programs should include training to raise awareness about obesity. The dissemination of such educational programs is considered a crucial step in improving public health and reducing obesity rates in the future.

Keywords: Obesity Awareness, Healthy Living in Education, Attitudes of Pre-service Teachers

1. GİRİŞ

Son yıllarda, obezite modern yaşam tarzlarının ve beslenme alışkanlıklarının olumsuz etkileriyle küresel bir salgın haline gelmiş ve hem gelişmiş hem de gelişmekte olan ülkelerde önemli bir halk sağlığı sorunu olarak karşımıza çıkmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) verilerine göre, obezite oranları özellikle çocukluk ve gençlik dönemlerinde hızlı bir artış göstermekte ve bu durumun gelecekte sağlık hizmetleri üzerinde büyük bir yük oluşturacağı öngörülmektedir (World Health Organization, 2021). Özellikle 1975 ile 2016 yılları arasında dünya genelinde obezite prevalansının üç katına çıktığı bildirilmiştir, bu da obezitenin yayılma hızını ve ciddiyetini gözler önüne sermektedir (NCD Risk Factor Collaboration, 2017).

Obezitenin yaygınlaşması; kalp-damar hastalıkları, diyabet, hipertansiyon ve bazı kanser türleri gibi ciddi sağlık sorunlarına yol açarak, bireylerin yaşam kalitesini önemli ölçüde düşürmektedir (Hruby & Hu, 2015). Ayrıca, obezitenin ruh sağlığı üzerinde de olumsuz etkileri olduğu, depresyon ve anksiyete gibi sorunlarla ilişkili olduğu bildirilmektedir (Luppino et al., 2010). Özellikle gençler ve çocuklar üzerindeki etkileri, onların uzun vadeli sağlık durumlarını ve sosyal yaşamlarını olumsuz etkilemektedir (Sahoo et al., 2015). Çocukluk döneminde başlayan obezitenin yetişkinlik döneminde devam etme olasılığı oldukça yüksektir ve bu durum, yaşam boyu süren sağlık sorunlarına zemin hazırlamaktadır (Singh et al., 2008).

Obezite ile mücadele, yalnızca bireysel bir sorumluluk değil, aynı zamanda toplumsal bir yükümlülük haline gelmiştir. Bu bağlamda, eğitim kurumlarının ve öğretmenlerin rolü kritik öneme sahiptir. Eğitimciler, öğrencilerine sağlıklı beslenme alışkanlıkları kazandırarak ve fiziksel aktiviteyi teşvik ederek obeziteyle mücadelede etkili olabilirler (Story et al., 2009). Okul temelli müdahaleler, çocukların ve gençlerin sağlıklı yaşam biçimleri geliştirmeleri için önemli bir fırsat sunmaktadır ve bu tür müdahalelerin başarılı sonuçlar verdiği literatürde belirtilmektedir (Katz et al., 2008). Eğitim sisteminde bu bilincin kazandırılması, toplumun genel sağlık durumunu iyileştirmek için önemli bir adım olarak görülmektedir. Özellikle öğretmen adaylarının bu konuda bilinçli olmaları, gelecekte öğrencilerine sağlık davranışlarını aktarma ve model olma açısından büyük bir önem taşımaktadır (Brown & Summerbell, 2009). Bu nedenle, öğretmen adaylarının obeziteye yönelik tutumları, onların gelecekteki öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimlerini benimsemelerine yönelik gösterecekleri rehberlik açısından büyük bir belirleyicidir. Öğretmenlerin obezite farkındalığına sahip olması, çocuklar üzerinde önemli bir etkiye sahip olabilir ve bu da toplum sağlığı açısından olumlu sonuçlar doğurabilir (Raspberry et al., 2011). Özellikle okul temelli beslenme ve fiziksel aktivite programlarının, çocuklarda ve gençlerde obezite oranlarını düşürmede etkili olduğu ve bu programların öğretmenler tarafından desteklenmesinin programların başarısını artırdığı vurgulanmaktadır (Waters et al., 2011).

Tüm bu bilgiler doğrultusunda bu çalışmanın amacı, öğretmen adaylarının obeziteye karşı tutumlarını ve farkındalık düzeylerini inceleyerek, bu bireylerin gelecekte sağlık eğitimi ve obeziteyle mücadelede nasıl bir rol oynayabileceklerini ortaya koymaktır.

2. GEREÇ VE YÖNTEMLER

Çalışma eğitim fakültesinde öğrenim görmekte olan 477 öğrenciyle yapılmıştır. Öğrencilerin sosyodemografik ve antropometrik bilgileri alınmıştır. Beslenme ve obeziteye yönelik tutumlarının belirlenmesi içinse Kat Öztürk tarafından geliştirilen “Lise Öğrencilerinin Dengeli Beslenme ve Obezite ile İlgili Tutumlarının Belirlenmesine Yönelik Ölçek” bilgileri dâhilinde kullanılmıştır (Kat Öztürk, 2021).

Verilerin analizinde frekans yüzde analizi, Student t testi ve Mann-Whitney U testi, kullanılmıştır. Araştırma verileri, SPSS paket programı kullanılarak değerlendirilmiştir. Araştırma sonucu elde edilen verilerin istatistiksel değerlendirmesinde, minimum, maksimum, ortalama, standart sapma, frekans ve yüzde kullanılmıştır. Normal dağılım gösteren değişkenlerin iki grup arası değerlendirmelerinde Student t testi kullanılmıştır. Normal dağılım göstermeyen değişkenlerin iki grup arası değerlendirmelerinde Mann-Whitney U testi kullanılmıştır.

Obezite değerlendirmesinde birbirinden farklı kriterler kullanılmakla birlikte, günümüzde kullanılan ve bilimsel çalışmalarda esas olarak kabul edilen sınıflandırma, DSÖ'nün sınıflandırmasıdır. Bu sınıflandırmada, obezitenin tespit ve değerlendirilmesinde Beden Kitle İndeksi (BKİ) esas alınmakta ve indeks skoru kişinin kilogram cinsinden ağırlığının, metre cinsinden boy uzunluğunun karesine bölünerek hesaplanmaktadır ($BKİ = \frac{kg}{m^2}$). Bu elde edilen sonuç vücut içerisindeki yağ dağılımı hakkında bilgi vermektedir (Deveci ve ark., 2004). Çalışmamızda BKİ esas alınarak oluşturulan DSÖ obezite sınıflandırması aşağıdaki tabloda gösterilmiştir (Tablo 1).

Tablo 1. BKİ Sınıflandırılması

Sınıf	BKİ Değerleri
Zayıf	$<18.50 \text{ kg/m}^2$
Normal	$18.50 \text{ kg/m}^2 - 24.99 \text{ kg/m}^2$
Fazla kilolu	$25.00 \text{ kg/m}^2 - 29.99 \text{ kg/m}^2$
Obez	$29.99 \text{ kg/m}^2 >$

3. BULGULAR

15 soruluk Lise Öğrencilerinin Dengeli Beslenme ve Obezite ile İlgili Tutumlarının Belirlenmesine Yönelik Ölçek'te verilen sorulara verilen cevaplar; kesinlikle katılmıyorum 1 puan katılmıyorum 2 puan, kararsızım 3 puan, katılıyorum 4 puan ve kesinlikle katılıyorum 5 puan olarak hesaplanmıştır. Ölçekte verilen puan arttıkça beslenme ve obezite ile ilgili bilgi ve tutumları azalmaktadır.

Tablo-2. Demografik Veriler

Değişken	Ortalama±SS
Yaş	19.2±2.01
Dengeli Beslenme ve Obezite ile İlgili Tutumlarının Belirlenmesine Yönelik Ölçek Puan Ortalaması	56.97±7.77
	n (477)
	%
Cinsiyet	
Erkek	366
Kadın	111
İkamet Yeri	
Ev	102
Yurt	374

Tablo 3. Ev ve Yurtta Kalan Öğrencilerin Ölçek Puan Ortalamalarına Göre Karşılaştırılması

Puan	n	p
Ölçek Puan karşılaştırılması	Ev Yurt	102 374
		<0.0001

Ölçek toplam 477 öğrenciye uygulanmıştır. Katılımcıların yaş aralığı 18-20 olarak belirlenmiştir. Katılımcıların 366'sı (%76.7) erkek ve 111'i (%23.3) kadın, 101'i (%21.4) obez ve 371'i (%78.6) normal-fazla kilolu olarak saptanmıştır. Öğrencilerin 374'ünün (%78.4) yurttan, 102'sinin (%21.4) evde ikamet ettiği görülmüştür (Tablo-2). Yurttan kalan öğrencilerde obezite oranının evde kalanlara göre daha yüksek olduğu bulgular arasındadır ($p<0.001$) (Tablo 3)

Tablo 4. Normal ve Fazla Kilolu Öğrencilerin Ölçek Puan Ortalamalarına Göre Karşılaştırılması

Puan	Ortalama±SS	p
Ölçek Puan karşılaştırılması	Obeziteli Öğrenciler Normal ve fazla Kilolu Öğrenciler	58.5±8.33 56.1±7.5
		0.027

Ölçeğin toplam puan ortalaması 56.97±7.77 olarak hesaplanmıştır. Bu ortalama obeziteli öğrencilerde 58.5±8.33; normal ve fazla kilolu öğrencilerde ise 56.1±7.5'tir ($p=0.027$) (Tablo 4)

Tablo-5. Cinsiyete Göre Ölçek Puan Ortalamalarına Göre Karşılaştırılması

Puan	Cinsiyet	Ortalama±SS	p
Ölçek Puan Karşılaştırılması	Erkek Öğrenciler Kız Öğrenciler	56.5±7.11 54.1±6.4	0.009

Cinsiyete göre ölçek puan ortalamaları incelendiğinde, erkek öğrencilerin ölçek ortalama puanlarının kız öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Tablo-5). Erkek öğrencilerin ölçek ortalama puanları ile kız öğrencilerin ölçek puanları arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ($p=0.009$).

Üniversite gençlerinin üniversite yıllarında beslenme alışkanlıkları ve yeme farkındalıkları üzerine yeni davranış kalıpları geliştirdiği gözlemlenmiştir. Yeme farkındalığı, bireyin yeme alışkanlıkları ve beslenme ile ilişkili duygusal süreçlerini yargılamadan fark etmesi olarak tanımlanabilir. Özellikle üniversite öğrencileri üzerinde yapılacak araştırmalar, bu farkındalığın artırılmasına yönelik müdahalelerin, obezite tedavisinde kalıcı çözümler sağlayabileceğini düşündürmektedir. Yaşla birlikte artan ve beslenme alışkanlıklarıyla ilişkili kronik hastalıkların önlenmesinde, çocukluk ve gençlik dönemlerinde beslenme farkındalığının incelenmesi büyük bir öneme sahiptir.

Üniversite gençlerinin üniversite yıllarında beslenme alışkanlıkları ve yeme farkındalıkları üzerine yeni davranış kalıpları geliştirdiği gözlemlenmiştir. Yeme farkındalığı, bireyin yeme alışkanlıkları ve beslenme ile ilişkili duygusal süreçlerini yargılamadan fark etmesi olarak tanımlanabilir. Özellikle üniversite öğrencileri üzerinde yapılacak araştırmalar, bu farkındalığın artırılmasına yönelik müdahalelerin, obezite tedavisinde kalıcı çözümler sağlayabileceğini düşündürmektedir. Yaşla birlikte artan ve beslenme alışkanlıklarıyla ilişkili kronik hastalıkların önlenmesinde, çocukluk ve gençlik dönemlerinde beslenme farkındalığının incelenmesi büyük bir öneme sahiptir.

Cinsiyete göre tutumlar incelendiğinde, erkek öğrencilerin ortalama puanlarının kız öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu, kız öğrencilerin beslenme konusunda daha bilinçli olduğunu göstermektedir. Evde kalan öğrencilerin ortalama puanlarının yurtda kalan öğrencilere göre daha düşük olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu, evde kalan öğrencilerin beslenme konusunda daha bilinçli olduğunu ve dengeli beslenmek için daha iyi imkânlar sahip olduğunu göstermektedir. Ayrıca obez olmayan olan öğrencilerin ortalama puanlarının normal ve fazla kilolu öğrencilere göre daha fazla olduğu belirlenmiştir.

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada öğretmen adaylarının obeziteye karşı tutumları incelenmiş ve bu tutumların, öğretmenlerin mesleki rollerinde sağlıklı yaşam alışkanlıklarını teşvik etme potansiyeline sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bulgular, öğretmen adaylarının obeziteye yönelik tutumlarının genel olarak olumlu olduğunu ve bu durumun, toplumsal sağlık davranışlarının şekillenmesinde önemli bir etkisi olabileceğini göstermektedir. Özellikle okullarda uygulanan beslenme ve fiziksel aktivite programlarının, çocukların sağlıklı yaşam biçimlerini geliştirmede etkili olduğu ve bu süreçte öğretmenlerin rehberlik edici rolünün kritik olduğu literatürde belirtilmektedir (Katz et al., 2008; WHO, 2016). Öğretmen adaylarının obezite farkındalığına sahip olmalarının, gelecekte eğitim-öğretim sürecine katkı sağlayabileceği ve öğrencilere sağlıklı yaşam alışkanlıklarının kazandırılmasında kritik bir rol oynayabileceği görülmüştür.

Eğitimcilerin, öğrencilerin yaşam boyu süren sağlık davranışlarını şekillendirmede büyük bir etkiye sahip olduğunu vurgulayan literatür, öğretmenlerin sağlıklı yaşam konusundaki farkındalık ve bilgi düzeylerinin artırılması gerektiğini savunmaktadır (Köksal & Özel, 2008). Çocukluk döneminde edinilen sağlıklı yaşam alışkanlıklarının yetişkinlik döneminde devam etme olasılığı yüksek olduğundan, öğretmenlerin bu konuda bilgi sahibi olmaları ve model olmaları büyük önem taşımaktadır (Brown & Summerbell, 2009). Bu çalışmanın bulguları da bu görüşü desteklemektedir; öğretmen adaylarının obeziteye karşı

olumlu tutumları, onların gelecekteki mesleki rollerinde sağlıklı yaşam alışkanlıklarını teşvik etmede önemli bir etkiye sahip olabileceğini göstermektedir.

Obezitenin önlenmesi ve tedavisine yönelik okullarda yapılan müdahalelerin, uzun vadede öğrencilerin sağlıklı yaşam biçimlerini geliştirmelerinde ve obezite oranlarının düşürülmesinde etkili olduğu belirtilmektedir (Langford et al., 2015). Ancak bu tür müdahalelerin başarılı olabilmesi için, öğretmenlerin bu programları desteklemesi ve etkin bir şekilde uygulamaları gerekmektedir (Jaime & Lock, 2009). Öğretmen adaylarının bu süreçte etkin rol oynayabilmeleri için, mesleki eğitimlerinde obezite farkındalığının artırılması, sağlıklı beslenme, fiziksel aktivite ve genel sağlık konularında bilgi ve becerilerle donatılmaları gerekmektedir (Story et al., 2009). Bu durum, toplum sağlığı açısından önemli bir yatırım olarak değerlendirilmektedir.

Özellikle, öğretmenlerin öğrenciler üzerindeki etkisi, beslenme alışkanlıkları ve fiziksel aktivite düzeylerinin şekillenmesinde kritik bir öneme sahiptir (Raspberry et al., 2011). Çocukların ve gençlerin sağlıklı yaşam alışkanlıkları kazanmaları, bu alışkanlıkların ömür boyu sürmesi açısından önemlidir. Bu bağlamda, öğretmenlerin ve öğretmen adaylarının obeziteyle mücadelede aktif bir rol alabilmesi, toplum sağlığı açısından önemli sonuçlar doğurabilir. Bu nedenle, öğretmen yetiştirme programlarına obezite ve sağlıklı yaşam konularının entegre edilmesi gerektiği bir kez daha ortaya çıkmaktadır (Waters et al., 2011). Ayrıca, öğretmenlerin bu konularda düzenli eğitimlerle desteklenmesi, obezitenin önlenmesi ve kontrol altına alınmasında uzun vadede başarılı sonuçlar elde edilmesine katkı sağlayabilir (Yager et al., 2017).

Sonuç olarak, bu çalışma öğretmen adaylarının obeziteye karşı olumlu tutumlarının toplum sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaratabileceğini göstermektedir. Bu bulgular, öğretmen yetiştirme programlarının içeriğine obezite farkındalığını artıracak eğitimlerin eklenmesi gerektiğini desteklemektedir. Bu tür eğitimlerin yaygınlaştırılması, gelecekte sağlıklı nesiller yetiştirilmesine katkı sağlayabilir ve toplum genelinde obezitenin azaltılmasına yönelik stratejik adımlar atılmasını mümkün kılabilir (Waters et al., 2011). Eğitim sisteminin, öğretmen adaylarının obeziteye karşı tutumlarını şekillendirmede daha proaktif bir rol oynaması, toplum sağlığını iyileştirmede sürdürülebilir bir yaklaşım sunacaktır.

KAYNAKLAR

- Brown, T., & Summerbell, C. (2009). Systematic review of school-based interventions that focus on changing dietary intake and physical activity levels to prevent childhood obesity: An update to the obesity guidance produced by the National Institute for Health and Clinical Excellence. *Obesity Reviews*, 10(1), 110-141.
- Hruby, A., & Hu, F. B. (2015). The epidemiology of obesity: A big picture. *Pharmacoeconomics*, (733), 673-689.
- Jaime, P. C., & Lock, K. (2009). Do school based food and nutrition policies improve diet and reduce obesity? *Preventive Medicine*, 48(1), 45-53.
- Katz, D. L., O'Connell, M., Njike, V. Y., Yeh, M. C., & Nawaz, H. (2008). Strategies for the prevention and control of obesity in the school setting: Systematic review and meta-analysis. *International Journal of Obesity*, 32(12), 1780-1789.
- Köksal, G., & Özel, H. (2008). Eğitimde beslenme eğitimi ve çocuklara kazandırılması gereken beslenme alışkanlıkları. *Turkish Journal of Pediatric Disease*, 3(2), 89-98.

- Langford, R., Bonell, C. P., Jones, H. E., Poulou, T., Murphy, S. M., Waters, E., ... & Campbell, R. (2015). The WHO Health Promoting School framework for improving the health and well-being of students and their academic achievement. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (4), CD008958.
- Luppino, F. S., de Wit, L. M., Bouvy, P. F., Stijnen, T., Cuijpers, P., Penninx, B. W., & Zitman, F. G. (2010). Overweight, obesity, and depression: A systematic review and meta-analysis of longitudinal studies. *Archives of General Psychiatry*, 67(3), 220-229.
- NCD Risk Factor Collaboration. (2017). Worldwide trends in body-mass index, underweight, overweight, and obesity from 1975 to 2016: A pooled analysis of 2416 population-based measurement studies in 128.9 million children, adolescents, and adults. *The Lancet*, 390(10113), 2627-2642.
- Rasberry, C. N., Lee, S. M., Robin, L., Laris, B. A., Russell, L. A., Coyle, K. K., & Nihiser, A. J. (2011). The association between school-based physical activity, including physical education, and academic performance: A systematic review of the literature. *Preventive Medicine*, 52, S10-S20.
- Sahoo, K., Sahoo, B., Choudhury, A. K., Sofi, N. Y., Kumar, R., & Bhadoria, A. S. (2015). Childhood obesity: Causes and consequences. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 4(2), 187-192.
- Singh, A. S., Mulder, C., Twisk, J. W., van Mechelen, W., & Chinapaw, M. J. (2008). Tracking of childhood overweight into adulthood: A systematic review of the literature. *Obesity Reviews*, 9(5), 474-488.
- Story, M., Nannery, M. S., & Schwartz, M. B. (2009). Schools and obesity prevention: Creating school environments and policies to promote healthy eating and physical activity. *The Milbank Quarterly*, 87(1), 71-100.
- Waters, E., de Silva-Sanigorski, A., Hall, B. J., Brown, T., Campbell, K. J., Gao, Y., ... & Summerbell, C. D. (2011). Interventions for preventing obesity in children. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (12), CD001871.
- World Health Organization. (2016). Report of the Commission on Ending Childhood Obesity. World Health Organization.
- World Health Organization. (2021). Obesity and overweight. Retrieved from WHO website.
- Yager, Z., O'Dea, J. A., & Brown, T. (2017). Improving teacher knowledge and confidence regarding eating disorders in the secondary school setting: What works? *Journal of Eating Disorders*, 5(1), 1-9.