|  |
| --- |
| **E-Sağlıklı Beslenme Okuryazarlığı Ölçeği (e-SBOÖ)** [E-Healthy Diet Literacy Questionnaire (e-HDLQ)] |
| **Erişim:**Son bir yılda, ne sıklıkta aşağıdaki davranışlarda bulunduğunuzu işaretleyiniz. | Hiç | Yılda birkaç kez | Ayda birkaç kez | Haftada birkaç kez | Günlük |
| 1. | … Son bir yıl içinde internetten sağlıklı beslenme bilgileri araştırdınız mı? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. | … Kurumsal / resmi web sitesinden sağlıklı beslenme bilgileri araştırdınız mı?: Kamu araştırma enstitüleri, devlet kurumları, sağlık bakanlığı, sağlığı geliştirme idaresi, hastane web sitesi,…? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. | … Kurumsal olmayan web sitesinden sağlıklı beslenme bilgileri araştırdınız mı?: Reklam, ticari, blog,…? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|

|  |
| --- |
| **Anlama:**İnternette yer alan aşağıdaki bilgilerin doğruluğu konusunda siz ne düşünürsünüz? |

 | Evet | Hayır | Bilmiyorum |  |  |
| 4. | “Nişastalı gıdalardan kaçınmak ağırlık kaybına katkı sağlar.” |  |  |  |  |  |
| 5. | …“Kan şekerinizi kontrol etmek için tatlı meyveler yemekten kaçınmalısınız.” |  |  |  |  |  |
| 6. | …“Kolesterol yüksekliğinden endişeleniyorsanız, yumurta sarısını tüketmekten kaçınmalısınız.” |  |  |  |  |  |
| 7. | …”Besin takviyeleri vücuda zararlıdır”. |  |  |  |  |  |
| **Değerlendirme:**Ölçekte yer alan cümleleri 1'den (kesinlikle katılmıyorum) 5'e (tamamen katılıyorum) kadar değerlendirir misiniz?” | Kesinliklekatılmıyorum | Katılmıyorum | Kararsızım | Katılıyorum | Kesinliklekatılıyorum |
| 8. |

|  |
| --- |
| …”Kurumsal kanallardan sağlanan online sağlıklı beslenme bilgileri, kurumsal olmayan kanallara göre daha güvenilirdir.” |

 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. | … “Diyetisyenler ve sağlık uzmanları tarafından sağlanan online sağlıklı beslenme bilgileri genellikle diğer kaynaklardan daha güvenilirdir.” | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **Uygulama:**Ölçekte yer alan sorular için size uygun gelen cevabı 1'den (hiçbir zaman) 5'e (her zaman) kadar değerlendirir misiniz?” | Hiçbir zaman | Nadiren | Bazen | Sık sık | Her zaman |
| 10. | …İnternette yer alan yanlış sağlıklı beslenme bilgileri ile ilgili kişisel görüşünüzü bildirir misiniz? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. | …Beslenme bilgileri konusunda sağlık uzmanlarından bilgi edinir misiniz? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**E-Sağlıklı Beslenme Okuryazarlığı Ölçeği (e-SBOÖ)**

Ölçeğin “Erişim”, “Anlama”, “Değerlendirme” ve “Uygulama” şeklinde 4 alt boyutu bulunmaktadır. Erişim bölümü 1’den (hiç) 5’e (günlük) kadar şeklinde beşli likert tipi, Değerlendirme bölümü 1’den (kesinlikle katılmıyorum) 5’e (kesinlikle katılıyorum) kadar şeklinde beşli likert tipi ve Uygulama bölümü 1’den (hiçbir zaman) 5’e (her zaman) kadar şeklinde beşli likert tipi bir ölçek üzerinden yanıtlanmaktadır. Anlama bölümü evet/hayır/bilmiyorum şeklinde değerlendirilmektedir, “evet” cevabını verenler 5 ve “hayır” veya “bilmiyorum” cevabını verenler 1 puan almaktadır. Ölçeğin toplam puanı bütün maddelere verilen cevapların puanlarının toplanmasıyla hesaplanmaktadır ve ölçek 11 maddeden oluşmaktadır.