

Sosyal Sınıfın Yemek Yeme Davranışı Üzerine Etkisi: Bir Derleme

Fatma Koç¹

Özet

Sosyal sınıf farklılıkları, bireylerin yeme davranışlarını önemli ölçüde etkileyen karmaşık bir faktördür. Ekonomik sermaye, kültürel sermaye ve sosyal sermaye gibi sınıfsal kaynaklar, beslenme tercihleri, yeme alışkanlıkları ve gıda tüketimi üzerinde belirleyici bir etki yapmakta, düşük ekonomik sermayeye sahip bireyler genellikle daha düşük maliyetli ve daha az besleyici gıdalara yönelirken, yüksek ekonomik sermayeye sahip olanlar daha geniş bir beslenme yelpazesine erişim sağlamaktadır. Kültürel sermaye, beslenme tercihlerini şekillendirmede ve yemek kültürünün sınıfsal bir göstergesi olarak rol oynamaktadır. Sosyal sermaye ise bireyler arasındaki bilgi paylaşımı ve etkileşimler yoluyla beslenme kararlarını etkilemektedir. Toplum içindeki sosyal sınıf statüsü, beslenme bilinci ve eğitimi, iş olanakları ve yaşam koşulları gibi çeşitli etkenler, bireylerin gıda seçimlerini şekillendirmektedir. Sosyal sınıf farklılıkları aynı zamanda gıda erişimi ve gıda güvenliği konularında da belirleyicidir. Düşük sosyal sınıfa mensup bireyler, ekonomik kısıtlamalardan kaynaklanan gıda güvencesizliği ile daha sık karşılaşmaktadır. Bu bağlamda, beslenme alışkanlıkları sadece bireyin tercihleri değil, aynı zamanda sosyal, ekonomik ve kültürel faktörlerin bir yansımasıdır. Bu nedenle, sosyal sınıf farklılıkları, beslenme eşitsizliklerini ve sağlık sonuçlarındaki uçurumları etkilemekte, bu da beslenme politikalarının sosyal sınıf dinamiklerini dikkate alacak şekilde tasarlanması gerekliliğini vurgulamaktadır. Bu derleme çalışmasında sosyal sınıfın bireylerin yemek yeme davranışları ve tüketim alışkanlıkları hakkında bilgi verilmektedir.

1. Giriş

Tüketiciler, genişleyen gıda seçenekleriyle karşı karşıya kaldıkları ve bu seçeneklerin bireylerin günlük kararlarının etkilendiği bir ortamda, modern

1 Öğr. Gör. Siirt Üniversitesi, Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu. Otel, Lokanta ve İkram Hizmetleri Bölümü, Siirt, Türkiye fatma.koc@siirt.edu.tr Orcid ID: 0000-0003-2500-8028

insan olarak çeşitli seçimler yapmak zorundadır. Ancak, bu tür kararlar, önerilen kriterlerin genellikle çelişkili ve uyumsuz bir karmaşa oluşturması nedeniyle modern gıda trendlerinin “gastro-anomik” olarak nitelendirilmesinden kaynaklanan derin endişeleri de beraberinde getirmektedir.

Yeme pratikleri ile sosyal sınıf arasındaki ilişki, birkaç on yıldır sosyal bilimlerde bir araştırma nesnesi olarak inşa edilmektedir. Bu nesnenin önemi, yeme pratiklerinin tüketim ve hazırlık açısından toplumsal yaşamın diğer alanlarındaki uygulamalarla (örneğin bedenle ilişkiler, cinsiyetler arası iş bölümü, “boş zaman” olarak adlandırılan yemeklerin kullanımı) farklı mal ve nesnelere sahip olmayı emreden zevkleri derinlemesine açığa çıkarmanın yanı sıra derinden ilişkili olmasından kaynaklanmaktadır (Warde, 1997).

2. Sosyal Sınıf ve Tüketim Alışkanlığı

Bourdieu'nün (1984) iddiasına göre, belirli bir toplum içinde sosyal sınıfların varlığı ve ayrıcalıkları sürdürülmektedir. Bu iddia, üst düzey (elit) ve alt düzeydeki (temel veya popüler) kültürel tercihlerin, sınıfsal farklılıkları koruma ve işlevinin devamlığını sağlama eğilimini vurgulamaktadır. Bourdieu'nün ortaya koyduğu “habitus” kavramı, bireylerin sınıf kimliğini belirleme ve somutlaştırma sürecinde belirgin bir rol oynamaktadır. İnsanlar, kendi sınıf yapılarına uygun olan davranış ve tercihlere doğru eğilim göstererek, belirli kültürel formlara yönelik zevkler geliştirmekte ve bu zevkler, bireyin kişisel tercihleri gibi görünmesine rağmen toplumsal olarak biçimlenmiş ve üretilmiş olan tercihler olarak günlük hayatta tüketim pratikleri olarak uygulanmaktadır. Bourdieu'ye göre, tüketim yoluyla ifade edilen bu zevkler, sınıf kimliğini yansıtmakla kalmaz, aynı zamanda sınıf hiyerarşilerini de yeniden üretmektedir. Bu süreç, kasıtlı dışlama mekanizmaları yerine, genellikle masum görünen tercihler aracılığıyla gerçekleşmektedir. Elliott'ın (2013) ifadesiyle, “Zevklerin ifade edilmesi yoluyla bireyler, kendilerini sınıflandırır; bireylerin benimsediği pratikler ve sahip oldukları eşyalar, onları belirli sınıfların ve sınıf fraksiyonlarının hiyerarşisine yerleştirmektedir. Sınıf fraksiyonu zevklerin sosyal statüsünü yansıtmakta ve yeniden belirlenmesini sağlamaktadır” (s. 301).

Bourdieu'nün (1984) perspektifine göre, toplumsal pratiklerin temelinde, çeşitli sınıf konumlarındaki bireylerin sahip oldukları değişen sermaye miktarlarına bağlı bir mantık yatmaktadır. Ekonomik sermaye (gelir, zenginlik), kültürel sermaye (eğitim, kültürel olanaklar ve objeler, “doğru” bilgiye sahip olma), sosyal sermaye (sosyal ağlar, “doğru” kişileri tanıma) ve sembolik sermaye (onur, saygı, tanınma) toplumsal pratiklerin temelinde bulunmaktadır. Bu çeşitli sermaye biçimleri, günlük kültürel

pratikleri etkilemektedir. Bourdieu'ya göre, ekonomik sermayesi sınırlı olan bireylerin günlük tüketim kararları genellikle finansal sınırlamalara tabidir. Bu durumda yaşayanlar, maddi olanaklarını en iyi şekilde değerlendirmek zorunda kalabilirler. Örneğin, temel gıda ihtiyaçlarını karşılamak adına alışveriş yaparken, bu bireyler için seçeneklerin sınırlı olabileceği veya temel kalorileri elde etmenin alışverişte öncelik olabileceği iddia edilmektedir. Ekonomik açıdan avantajlı bireyler, farklı sermaye türlerine daha geniş bir erişime sahiptir. Bu durumda, gıda tüketimini sadece temel bir ihtiyaç olarak görmek yerine, estetik bir tercih, zevk ve takdir alanı olarak değerlendirme eğilimindedir. Bourdieu'ya göre, zorunluluktan daha uzak olan bireyler, tüketimde seçime değer verme eğilimindedir ve bu sebeple, daha düşük ekonomik sermayeye sahip olanların pratiklerini nahoş veya itici bulunabilmektedir (Lawler, 2005).

3. Yemeğin Sınıf Belirleme ve Sınır Koyma İşlevi

Etik beslenme, sınıf ayrımlarını gıda tüketimi aracılığıyla vurgulamanın bir başka biçimidir. Adil ticaret, yerel üretim, organik tarım, insancıl uygulamalar ve sürdürülebilirlik gibi prensiplere dayanan bu tür ürünler, literatürde sıkça ele alınan araştırmacılar tarafından incelenmiştir (Cairns vd., 2013; Elliott, 2013; Guthman, 2003; Johnston vd., 2011; Sassatelli & Davolio, 2010). Bu özel tüketim tercihleri yalnızca finansal anlamda maliyetli olmakla birlikte temin edilmeleri için genellikle daha fazla çaba ve seyahat süresi gerektirmektedir (Kriwy & Mecking, 2012).

Bu ek çaba, zaman, para, bilgi ve enerji gereksinimleri, etik beslenmeyi potansiyel bir sosyal statü belirtisi olarak konumlandırmaktadır. Ancak, etik ürünleri temin etmek için sınırlı ekonomik sermayeye sahip olan bireylerin, geri dönüşüm, azaltılmış ambalaj tercihi, toplu alışveriş ve gıda israfından kaçınma gibi etik tüketim pratikleriyle ilgilenme potansiyeli vardır (Johnston et al., 2011). Bu durum, etik beslenmenin sadece ekonomik bir ayrıcalık değil, aynı zamanda bireylerin kişisel değerleri ve sosyal sorumluluklarına yönelik bir yansıma biçimi olarak görüldüğünü göstermektedir.

Yapılan bir çalışmada "sağlıklı beslenme," sosyal sınıfın bir belirleyeni olarak işlev gösterilmektedir (Ristovski-Slijepcevic vd., 2010). Doğu İskoçya'da, orta sınıf ebeveynlerin gençlerin beslenme alışkanlıklarına yönelik birincil odak noktası olan çalışmada özellikle sıfırdan yemek hazırlama ve işlenmiş gıdalardan kaçınma, öncelikli hedefler arasında yer almıştır. Bu ebeveynler aynı zamanda kozmopolit beslenmeyi destekleyerek, gelecek nesillerin sosyal ve kültürel sermayesini artırmaya çabalamışlardır. Diğer taraftan, işçi sınıfından ebeveynler, gençlerin besin tercihlerine

daha az odaklanmış; gençlerin yiyecek seçimleri kendi endişeleri olarak değerlendirilmiştir (Backett-Millburn vd., 2010).

Bu bağlamda, Shildrick ve MacDonald'un (2013) çalışması, Kuzeydoğu İngiltere'de aşırı yoksulluk içinde yaşayan bireylerin, kendilerini söylemsel olarak sağlıklı beslenenler olarak konumlandıklarını ve diğer "yoksul bireyleri" sağlıksız beslenenler olarak nitelendirdiklerini ortaya koymaktadır. Bu bulgular, zaman ve coğrafik farklılıklara rağmen, Shildrick ve MacDonald'un çalışmasının, işçi sınıfına yönelik artan önyargıyı ve bunun sonucunda işçi sınıfı dayanışmasının azalmasını yansıttığını ileri sürmektedir.

4. Yeme Davranışı ve Bilimsel Yaklaşımlar

Yeme pratiklerinin sosyal tabakalaşmasının sosyolojik araştırması, tüketim kalıplarındaki az çok yeni değişiklikler ve çeşitli yapısal faktörlerin bireylerin ve sosyal grupların davranışlarını şekillendirme yolları üzerine yapılan daha geniş bir dizi çalışmanın parçasıdır. Bu konuyla ilgili literatürdeki ipuçlarını takip ederek, gıda tüketiminin sosyal yapılanmadaki değişiklikleri açıklamaya çalışan farklı yaklaşımları iki karşıt bakış açısıyla gruplandırmak mümkündür. Bir yanda, Warde'un (1997) öne sürdüğü gibi, gıda alanında bireyselleşme ve kuralsızlaştırma süreçlerinin yoğunlaşmasını vurgulayan yaklaşım (Fischler, 1995; Poulain, 2004) veya yeme kalıplarının artan homojenleşmesini vurgulayan (Ritzer, 1993) çeşitli yaklaşımlar da vardır.

Bu tür yaklaşımların özelliklerine rağmen, sosyal davranışların şekillenmesinde sosyal farklılaşmanın yapısal faktörlerinin zayıflamasına işaret etmektedir. Dahası, sosyolojik açıdan bakıldığında en çarpıcı ve en anlamlı olanın sosyal sınıf boyutundaki azalma olduğu konusunda herkes hemfikirdir (Warde, 1997: 39). Öte yandan gıda alanında genelde yapısal farklılaşmanın, özelde sınıfsal farklılaşmanın muhtemelen devam edeceğini ileri süren çalışmalar da mevcuttur (Bourdieu, 2008; Warde, 1997).

Bourdieu, toplumsal alan (ya da aktörlerin sahip olduğu ekonomik ve kültürel sermayenin hacmi ile bileşiminin boyutlarına göre inşa edilen, eşzamanlı ve artzamanlı olarak kavranan toplumsal sınıfların alanı) ile yaşam tarzları alanı arasında benzerlikler olduğunu savunmuştur. Toplumsal alan, sosyal yaşamın düzenlendiği alanların (yemek, siyaset, giyim vb.) her birine özgü mantığa göre aynı ifade niyetini ifade eden sistematik tercihler dizisi olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu tür benzerliklere farklı nesnel varoluş koşullarıyla ilişkili sosyal koşullanma etkenlerinin dahil edilmesinden kaynaklanan algılama, değerlendirme ve eylem şemaları sistemleri olarak anlaşılan *habitus* (sosyal sınıf, eğitim, kültürel geçmiş, davranış ve değerler) aracılık etmektedir. Ekonomik ve kültürel sermaye eksikliği ile belirlenen

sosyal alanlarda, örneğin sanayi işçileri ve tarım işçileri gibi alt sınıflarda, “gıdanın temel bir besin kaynağı olduğu vurgulanmaktadır.” Bu durum, vücudu ayakta tutmak ve enerji sağlamak amacıyla beslenmeye odaklanmanın bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır (Bourdieu, 2008: 189).

Pierre Bourdieu'nun çalışmalarındaki “homolojiler (benzerlikler) tezi” adlı tez, tüketim mantığını belirli bir uygulama ile doğrudan bağlantı kurmaktan ziyade, yapısal benzerliklere odaklanmaktadır. Bu benzerlikler, yaşam tarzları alanı ile farklı toplumsal konumlar alanı arasındaki ilişki kümeleri arasında ortaya çıkarmaktadır. Bu durum, habitusun yer değiştirebilirliğinden kaynaklanan “yapısal uygunluklar” olarak ifade edilmektedir. Habitus tarafından ortaya çıkan pratiklerin, farklı toplumsal alanlara özgü mantıklar yerine, aynı temel algılama ve sınıflandırma şemalarını ifade etme eğiliminde olduğu anlamına gelmektedir.

Bu argüman somutlaştığında, örneğin gıda konularındaki en meşru veya kaba seçimlerin, diğer sosyal alanlardaki (örneğin spor, kişisel bakım) eşit derecede meşru veya kaba seçimlerle muhtemelen benzerlik göstereceği öne sürülmektedir. Bu durum, temsilcinin sosyal alandaki konumunun bağlı olarak değişkenlik göstermektedir. “Yüksek modernite” veya “geç modernite” ile ilişkilendirilen değişimler bağlamında, tüketimin bireyselleşmesini vurgulayan çalışmalar da mevcuttur (Beck, 1992:34; Giddens, 1999-2002). Bu çalışmalara göre, geleneksel eylem bağlamlarının (sosyal sınıf, aile gibi) yaşam tarzlarını ve tüketim tercihlerini şekillendirmedeki ağırlığı değişerek yerini statü ve sınıf kimlikleri ile ilgili kaygılara dayalı yeni bir “benlik inşa rejimi” alacaktır.

Bu bağlamda, bireylerin seçim fırsatlarının genişlemesi, “benliğin biyografisi” açısından yaşam yörüngelerini inşa etme konusundaki sorumluluklarını artıracaktır. Giddens'in ifadesiyle, birey “yüksek modernlik koşullarında, sadece yaşam tarzlarını takip etmez, aynı zamanda seçim yapmaktan başka seçeneğinin olmadığını düşünmektedir (2002:79). Somut olarak, gıda tüketim kalıpları ile sosyal eşitsizliklerin yapıları arasında anlamlı bir ilişkiyi tanımlamak zor olmakla beraber tüketim, sosyal eşitsizliklerin giderek azaldığı bir alana dönüşmüştür. Bu, çeşitli türlerde yeniden üretilen “özkimliğın özel anlatıları” olarak adlandırılan yapıların inşası için bir alan haline gelmiştir.

Salvador şehrinde yaşayan bireylerle gerçekleştirdiği bir söyleşiye dayanan Santos'un (2008:232) araştırmasına göre, gıda ve bedenle ilişkili uygulamalarda önemli değişiklikler gözlemlenmektedir. Yazar, farklı türde yiyecekleri tüketmenin ve bunları çeşitli şekillerde hazırlamanın risklerine ve

faydalarına dikkat çeken gıda hakkındaki söylemlerin arttığını, bu da yeme uygulamalarını daha düşünceli hale getirdiğini ifade etmiştir.

Santos'a göre, "yemekten önce düşünmek" düşüncesi, ne yiyeceğini ve belirli bir yiyeceği tüketmenin sonuçlarını düşünmenin güçlü bir şekilde hissedildiği bir kültürün varlığını göstermektedir. Bu kültürü Fischler'in "gastro-anomik" olarak adlandırdığını belirtmiştir. Fischler, gıda bolluğunun, sosyal kontrolün azalması ve gıda ile ilgili söylemlerin artışı yoluyla insan hayatı üzerindeki kurumların zayıflaması süreçleriyle karakterize etmiştir (1990-1995). Bu bağlamda, yazar gıda tercihlerini kabul etmekle birlikte, bu tercihlerin kısmen sosyal aidiyet faktörleri (cinsiyet, sosyal sınıf vb.) tarafından belirlendiği bir metni vurgulamaktadır. Yazar, "her bireyin, gıda ile ilgili çeşitli söylemlerden kendi kriterlerini seçmesi gerektiğini" ifade ederek, bu kriterlerin ve yiyecek tercihlerinin bireyin sosyal bağlamı ve özellikleri tarafından şekillendirildiğini vurgulamaktadır.

Pierre Bourdieu'nun çalışmalarında, yeme pratikleri ve diğer sembolik alanlardaki uygulamalar (mobilya, giyim vb.) sosyal sınıflar tarafından yapılandırılmıştır. Bu, sosyal mekânda işgal edilen göreceli konumlar olarak anlaşılan habitus aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Yazarın bakış açısı, yeme alışkanlıklarındaki tarihsel-toplumsal değişim konusunu doğrudan ele almasa da ona göre bu değişikliklerin nicelik, nitelik veya tüketilen öğeler açısından olması, ilkelerin ağırlığının ortadan kalktığı anlamına gelmemektedir (Coulangeon & Duval, 2015).

Ekonomik ve kültürel sermaye donanımı açısından kırılganlıkla karakterize edilen, sosyal alanın daha alt konumlarında yer alan sanayi işçileri ve tarım işçileri gibi popüler sınıflarda vücudu ayakta tutmak ve enerji sağlamak için "gıdanın besleyici bir madde olduğu" iddia edilmektedir. Maddi ihtiyaçlara yakınlığın güçlü bir şekilde işaret ettiği varoluş koşullarıyla ilişkili şartlanmanın bir ürünü olan bu yönelim ağır, yağlı ve güçlü gıdaların (domuz eti vb.) tüketimini işaret etmiştir (Bourdieu, 2008:189).

Sembolik düzeyde, besleyici ve ekonomik yiyeceklerin tatları, genellikle sanayi sahipleri ve tüccarlar arasında yaygın olan, eşit derecede besleyici ancak maliyeti daha yüksek olan yiyeceklerin (ciğer ezmesi vb.) tatlarından farklıydı. Profesyoneller ve üst düzey yönetim, ekonomik ve kültürel sermayenin daha dengeleme bir bileşimine sahip olan bir sınıf kesimi olarak, rafine, hafif ve sağlıklı tatları benimsemişlerdir. Bu kesim, bedenün üretimiyle ilgili meşru standartlara uygun olarak kendini sunmanın bir formu olarak aylıklık etliğini takip etmiştir (Bourdieu, 2008:174-190). Kültürel sermayeye sahip öğretmenler ve aydınlar, genellikle egzotik veya mutfak popülizmi

olarak adlandırılan (yerel veya kırsal mutfaktan yemekler) öğeleri tercih ederek özgünlük arayışına değer vermişlerdir.

5. Yapılan Çalışmalar

Atkinson ve Deeming (2015: 884-886), Bourdieu'nun perspektifini kullanarak, Birleşik Krallıktaki sosyal sınıflar alanı ile yeme uygulamaları alanı arasındaki olası benzerlikleri araştırma yaparak tüketicilerin satın alma yapısındaki karşılığı incelemiştir. Farklı veri tabanları kullanılarak yapılan araştırmada, hane harcamalarıyla ilgili bilgiler üzerinden, “ağır” gıdaların (ekmek, işlenmiş et ve domuz eti, tam yağlı süt vb.) satın alınmasını destekleyen bir harcama modeli ile balık, meyve ve sebze gibi “hafif” gıdalara yönelik harcamanın daha belirgin olduğu bir diğer model arasındaki zıtlığı vurgulamaktadır. Bu iki kutuptan birini benimseme eğilimi, sınıf üyeliğiyle ve dolayısıyla maddi ihtiyaçlara göreli uzaklıkla doğrudan ilişkilidir. Toplumsal hiyerarşi yükseldikçe, yani profesyonel, yönetici/yönetici veya kültürel açıdan baskın kesimler (aydınlar, öğretmenler gibi) arasında, “hafif” veya “yağsız” gıdalara yapılan harcamaların artış gösterdiği gözlemlenirken, bu harcama modeli işçi sınıfında (örneğin satış görevlileri) veya daha az vasıflı bireylerde tersine dönmektedir.

Yazarlara göre, bu tür kanıtlar, yiyecek ile ilişkilendirilen ayırım ve tahakküm süreçlerinin devamlılığına işaret etmektedir. Yani, kültürel olarak egemen olanın kontrol ve kısıtlama eğilimleri, bu egemen kültürün taşıyıcılarını belirli bir yöne iterek, ezilen kesimin eğilimlerini tanımlamaya yönlendirmektedir. Bu durumda, gıda “seçimi” ile ilgili farklı yönelimler, nesnel üretim koşullarını etkisiz hale getirmekte; kontrol eksikliği, kısıtlama eksikliği, öngörü eksikliği veya aşırılık bu sürecin etkilerini yansıtmaktadır (Atkinson ve Deeming, 2015: 894).

Brezilya’da, São Paulo şehrinde seçkin sınıflarıyla gerçekleştirilen görüşmeler ve görgü kuralları kılavuzlarının analizine dayanan bir çalışma, daha önce yapılan araştırmalarla benzer bulgular sunmaktadır (Pulici, 2014). Yazarın öne sürdüğü gibi, “yemek tercihlerinin oluşma ilkesi hâlâ kısmen sınıf ilişkilerinde üretilen ayırım stratejilerinde yatmaktadır” (IBGE, 2010: 13). Bu ayırım stratejileri, sadece yemeğe değer vermekle kalmayıp, yemeğin sunumu ve mutfak estetiğine özel bir değer veren “burjuva seçmeli çileciliği” arasında sembolik bir karşılığın inşasına dayanmaktadır. Bir yanda, biçimlere karşı kayıtsızlığı ve gıda tüketimi üzerindeki kontrol eksikliğiyle nitelendirilen “gevşeklik ya da popüler hoşgörü” bulunmaktadır.

Yazar, gıda alanında meşru olarak dayatılan normları kendi yaşam tarzlarına entegre edebilecek konumda olanların, ekonomik ve kültürel

sermayeye sahip olan aktörler olduğuna işaret etmektedir. Bu aktörler, biçimlere ve formalitelere dikkat etmekle kalmazlar, aynı zamanda yeme uygulamalarını ayırt edici semboller haline getirerek “gastronomik uygulamaların estetikleştirilmesi ve yemek iştahlarının hafifletilmesi yoluyla sıradan yeme rutinlerinden uzaklaşma” eğilimindedir (IBGE, 2010: 13).

6. Sonuç

Sosyal sınıf, bireylerin yeme davranışlarını belirleyen önemli bir faktördür. Bu etki, ekonomik sermaye, kültürel sermaye ve sosyal sermaye gibi sınıfsal kaynakların gıda tüketimiyle olan karmaşık etkileşimleri aracılığıyla ortaya çıkmıştır. Sosyal sınıf farklılıkları, bireylerin beslenme tercihleri, yeme alışkanlıkları ve gıda tüketimi üzerinde çeşitli etkiler doğurmaktadır.

Ekonomik sermayenin sınırlı olması, düşük gelir seviyesine sahip bireylerin genellikle daha düşük maliyetli ve daha az besleyici gıdalara yönelmelerine neden olmaktadır. Buna karşılık, yüksek ekonomik sermayeye sahip bireyler, daha geniş bir gıda seçeneğine ve sağlıklı beslenme imkanlarına erişim sağlamakta, bu durum sosyal sınıfın beslenme kalitesi üzerinde doğrudan bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir.

Kültürel sermaye de yeme alışkanlıklarını ve tercihlerini şekillendirmede önemli bir rol oynamaktadır. Orta ve üst sınıflardan gelen bireyler genellikle daha fazla kültürel sermayeye sahip olduklarından, farklı mutfaklardan, yemek pişirme becerilerinden ve özel gıda bilgisinden faydalanmaktadır. Bu, yemek kültürünün sınıfsal bir gösterge olduğunu ve sosyal sınıfın beslenme tercihleri üzerinde belirleyici bir faktör olduğunu göstermektedir.

Sosyal sermaye, bireylerin gıda tüketimi üzerindeki etkileşimlerini de şekillendirmekte, sosyal ağlar aracılığıyla paylaşılan bilgiler, tavsiyeler ve yemek kültürü, bireylerin beslenme kararlarını etkilemektedir. Üst sınıf bireyler, genellikle daha geniş ve çeşitli sosyal ağlara sahip oldukları için sağlıklı beslenme konusundaki bilgiye daha fazla erişim sağlamaktadır.

Sonuç olarak, sosyal sınıf farklılıkları, beslenme alışkanlıkları üzerinde derinlemesine ve geniş kapsamlı bir etkiye sahiptir. Bu farklılıklar, beslenme eşitsizliklerini ve sağlık sonuçlarındaki uçurumları etkileyebilir. Bu nedenle, beslenme eğitimi ve politikalarının, sosyal sınıf farklılıklarını dikkate alacak şekilde tasarlanması ve uygulanması önemlidir. Bu, daha adil ve sağlıklı bir beslenme ortamının oluşturulmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

7. Kaynakça

- Atkinson, W., & Deeming, C. (2015), “Class and cuisine in contemporary Britain: the social space, the space of food and their homology”. *The Sociological Review*, 63(4), ss. 876-896.
- Beck, U. (1992), *Risk Society*. Londres, Sage. 34.
- Bourdieu, P. ([1979], 2008), *A distinção: Crítica social do gosto*. Porto Alegre/São Paulo, Zouk/Edusp.
- Cairns, K., Johnston, J., & MacKendrick, N. (2013). Feeding the “organic child”: Mothering through ethical consumption. *Journal of Consumer Culture*, 13(2), ss. 97-118. <http://dx.doi.org/10.1177/1469540513480162>.
- Coulangeon, P., & Duval, J. (2015), *The routledge companion to Bourdieu’s distinction*. Londres/Nova York, Routledge.
- Elliott, R. (2013). The taste for green: The possibilities and dynamics of status differentiation through “green” consumption. *Poetics*, 41, ss. 294-322. <http://dx.doi.org/10.1016/j.poetic.2013.03.003>.
- Fischler, C. ([1990]1995) *El (h)omnívoro: elgusto, lacocina e el cuerpo*. Barcelona, Anagrama.
- Giddens, A. ([1999] 2002). *Modernidade e identidade*. Rio De Janeiro, Jorge Zahar Editor.
- Guthman, J. (2003). Fast food/organic food: Reflexive tastes and the making of “yuppie chow”. *Social and Cultural Geography*, 4(1), ss. 45-58. <http://dx.doi.org/10.1080/1464936032000049306>.
- Ibge – Instituto Brasileiro De Geografia E Estatística. (2010), *Pesquisa De Orçamentos Familiares (2008-2009): Antropometria E Estado Nutricional De Crianças, Adolescentes E Adultos No Brasil*.
- Johnston, J., Szabo, M., & Rodney, A. (2011). Good food, good people: Understanding the cultural repertoire of ethical eating. *Journal of Consumer Culture*, 11(3), ss. 293–318. <http://dx.doi.org/10.1177/1469540511417996>.
- Kriwy, P., & Mecking, R. A. (2012). Health and environmental consciousness, costs of behaviour and the purchase of organic food. *International Journal of Consumer Studies*, 36, ss. 30-7. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1470-6431.2011.01004.x>
- Lawler, S. (2005). Disgusted subjects: The making of middle class identities. *The Sociological Review*, 53(3), ss. 429–46. <http://dx.doi.org/10.1080/014177899339036>
- Poulain, J. P. (2004) *Sociologias da alimentação: Os comedores e o espaço social da alimentação*. Florianópolis, Editora Da Ufsc.
- Pulici, C. (2014), “A alimentação solene e parcimoniosa: práticas gastronômicas como fonte de distinção das elites Brasileiras”. *Revista Ecopós*, 17(3), ss. 1-15.

- Ritzer, G. (1993) *The mcdonaldization of society*. Thousand Oaks (Ca), Pine Forge.
- Ristovski-Slijepcevic, S., Chapman, G. E., & Beagan, B. L. (2010). Being a “good mother”: Dietary governmentality in the family food practices of three ethnocultural groups in Canada. *Health, 14*(5), ss. 467-83. doi: 10.1177/1363459309357267
- Santos, Ligia (2008), *O Corpo, O Comer E A Comida: Um Estudo Sobre As Práticas Corporais Alimentares Cotidianas A Partir Da Cidade De Salvador – Bahia*. Salvador, Edufba.
- Sassatelli, R., & Davolio, D. (2010). Consumption, and politics: Slow food and the politico-aesthetic problematization of food. *Journal of Consumer Culture, 10*(2), ss. 202–32. <http://dx.doi.org/10.1177/1469540510364591>
- Shildrick, T., & MacDonald, R. (2013). Poverty talk: how people experiencing poverty deny their poverty and why they blame “the poor”. *The Sociological Review, 61*, ss. 285-303. <http://dx.doi.org/10.1111/1467-954X.12018>
- Wacquant, L. (2005), “Symbolic Power In The Rule Of ‘State Nobility’”, *În L. Wacquant (Org.), Pierre Bourdieu And Democratic Politics: The Mystery Of Ministry*, Malden (Ma), Polity.
- Warde, Alan. (1997), *Consumption, Food And Taste*. Londres/Thousand Oaks (Ca), Sage.