

ORIGINAL ARTICLE

Gebelik döneminde beden imajını etkileyen sosyodemografik, obstetrik ve kas-iskelet sistemi ile ilişkili faktörlerin araştırılması

Investigation of sociodemographic, obstetric, and musculoskeletal system-related factors affecting body image during pregnancy

Özge ÖZKUTLU¹, Özhan ÖZDEMİR², Esra ÜZELPASACI¹, Esmâ DEMİR³, Ayşegül DÜLGER³,
Ayşe Figen TÜRKÇAPAR², Necmiye ÜN YILDIRIM¹

Öz

Amaç: Bu çalışmanın amacı, gebelik döneminde beden imajını etkileyen çeşitli sosyodemografik, obstetrik ve kas-iskelet sistemi ağrısıyla ilişkili faktörlerin araştırılmasıydı.

Yöntem: Çalışma, yaşları 18-40 arasında olan ve gebeliğin en az 12. haftasında bulunan 107 gebe ile gerçekleştirildi. Gebelerin yaş, boy uzunluğu, vücut ağırlığı, eğitim durumu ve obstetrik öyküleri (gebelik haftası, gebelik ve doğum sayısı) yarı yapılandırılmış bir değerlendirme formu kullanılarak toplandı. Beden imajı, "Gebelikte Beden İmajı Ölçeği" ile değerlendirildi. Gebelerin çeşitli vücut bölgelerinde yaşadıkları ağrılar ayrıntılı olarak sorgulandı ve ağrılı bölge sayısı kaydedildi.

Bulgular: Çalışmaya katılan gebelerin ortalama yaşı 28,53±4,98 yıldır. Gebelerin %47,70'i üniversite mezunu iken %41,10'u lise mezunuydu. Gebelik haftası, ortanca olarak 25 hafta olup 14 ve 39 hafta arasında değişmekteydi. Beden imajı ile gebelik haftası, gebelik ve doğum sayısı arasında ilişki olmadığı bulundu ($r=-0,062$, $p=0,52$; $r=-0,016$, $p=0,87$; $r=-0,109$, $p=0,26$ sırasıyla). Beden imajı ölçek toplam skorunun; eğitim durumu ($r=0,220$, $p=0,02$), ağrılı bölge sayısı ($r=0,451$, $p=0,00$) ve gebelikte Vücut Kitle İndeksi (VKİ) ($r=0,191$, $p=0,049$) ile pozitif ilişkili olduğu ortaya konuldu. Regresyon modeli, beden imajındaki varyansın %25,60'sını açıkladı ve eğitim durumu, ağrılı bölge sayısı ve gebelik VKİ'nin beden imajını anlamlı şekilde yordadığı bulundu ($R=0,506$; $R^2=0,256$, Adj. $R^2=0,235$, $F=11,385$; $p<0,01$).

Sonuç: Bu bulgular, gebelikte eğitim seviyesinin yükselmesinin, kas-iskelet sistemi ağrısının fazla sayıda bölgede hissedilmesinin ve yüksek VKİ'nin, beden imajını daha olumsuz etkilediğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Prenatal; Anne sağlığı, Biyopsikososyal.

Abstract

Purpose: The aim of this study was to investigate sociodemographic, obstetric, and musculoskeletal pain-related factors affecting body image during pregnancy.

Methods: The study included 107 pregnant women aged 18-40 years and at least 12 weeks pregnant. Age, height, weight, educational status, and obstetric history (gestational week, number of pregnancies, and births) were recorded using a semi-structured evaluation form. Body image was assessed with the Body Image in Pregnancy Scale. The pregnant women were questioned in detail about the pain they experienced in various body parts, and the number of painful areas was recorded.

Results: The mean age of participants was 28.53±4.98 years. Of the participants, 47.70% were university graduates, and 41.10% were high school graduates. The median gestational week was 25 (range: 14-39 weeks). Body image scale total score was not associated with gestational week, number of pregnancies, or births ($r=-0,062$, $p=0,52$; $r=-0,016$, $p=0,87$; $r=-0,109$, $p=0,26$ respectively). However, it was positively correlated with educational status ($r=0,220$, $p=0,02$), number of painful areas ($r=0,451$, $p=0,00$), and Body Mass Index (BMI) during pregnancy ($r=0,191$, $p=0,04$). The regression model explained 25.60% of the variance in body image, with educational level, number of painful areas, and BMI emerging as significant predictors ($R=0,506$; $R^2=0,256$, Adj. $R^2=0,235$, $F=11,385$; $p<0,01$).

Conclusion: These findings indicate that higher education levels, more musculoskeletal pain, and higher BMI during pregnancy are associated with a more negative body image.

Keywords: Prenatal; Maternal health, Biopsychosocial.

1: University of Health Sciences, Gülhane Faculty of Physiotherapy and Rehabilitation, Ankara, Türkiye.

2: University of Health Sciences, Gülhane Training and Research Hospital, Department of Gynaecology and Obstetrics, Ankara, Türkiye.

3: University of Health Sciences, Gülhane Institute of Health Sciences, Ankara, Türkiye.

Corresponding Author: Özge Özkutlu: ozge.coban@sbu.edu.tr

ORCID IDs (order of authors): 0000-0002-0979-7613; 0000-0002-0930-775X; 0000-0002-0960-122X; 0009-0000-0089-2895;

0009-0008-9595-2616; 0000-0003-3786-0824; 0000-0002-5527-4290

Received: December 13, 2024. Accepted: December 23, 2024.



GİRİŞ

Gebelik, büyüyen fetüsü korumak ve anne adayını doğuma hazırlamak için hormonal ve metabolik düzenlemelerin sonucu olarak çok sayıda anatomik, fizyolojik ve psikolojik değişimlerin yaşandığı bir dönemdir.^{1,2} Gebelik döneminde, gebenin bedeninde gözle görülebilir bir şekilde meydana gelen tüm bu değişiklikler, beden imajı hakkındaki değişiklikleri de beraberinde getirebilmektedir.

Beden imajı, bir yetişkinin dış görünüşünün içsel ifadesi olarak tanımlanmaktadır. Bireylerin kendi vücut görünüşlerine karşı sahip oldukları olumsuz düşünce ve hisler “beden imajı memnuniyetsizliği” olarak adlandırılmaktadır. Gebelik sırasında olumsuz beden imajı, anksiyete ve depresyon³, sağlıksız beslenme alışkanlıkları⁴ ve düşük emzirme süresi⁵ gibi olumsuz sonuçlarla bağlantılıdır. Boscaglia vd'nin çalışmasında, gebelik öncesinden gebeliğin erken dönemlerine kadar geçen süreçte, kadınların beden algılarıyla ilgili memnuniyetlerinde belirgin bir azalma olduğu belirtilmiştir.⁶ Gebelikte beden imajı memnuniyetsizliği birbirine zıt iki farklı teori ile açıklanmaya çalışılmaktadır. Bu teorilerden ilki gebelikte meydana gelen değişikliklerin; kadın güzelliğinin kilo alımı gibi sosyal algılarıyla doğrudan çelişerek beden imajı memnuniyetsizliğinin arttığıdır. Diğer teori ise gebelik sırasında kadınların bedensel görünüm beklentilerinin değişerek beden imajı memnuniyetsizliğinin azaldığı yönündedir. Beden imajı ile ilgili gebelerin gebe olmayanlar ile karşılaştırıldığı çalışmalarda farklı sonuçlar bildirilmiştir. Bu çalışmalarda gebelik döneminde beden imajının azaldığı, değişmediği ya da arttığı belirtilmektedir.⁷

Gebelikte beden imajı farklı pek çok durumdan etkilenebilmektedir. Yapılan çalışmalarda beden imajının; gestasyonel kilo alımı ile ilişkili olduğu, ancak bu ilişkinin karmaşık olduğu belirtilmektedir. Mehta vd'nin çalışmasında; gebelikte beden imajının gebelik dönemindeki kilo artışı ve gebelik öncesi dönemdeki vücut kitle indeksi (VKİ) ile ilişkili olduğu belirtilmiştir.⁸ Normal veya düşük VKİ ile gebe kalan kadınlarda gebelik döneminde fazla kilo alma riski artarken, kilolu ya da obez olarak gebe kalan kadınlarda bu risk

azalmaktadır.⁹ Buna ek olarak, eğitim seviyesi düşük olan kadınlarda da gebelik döneminde aşırı kilo alımı riskinin arttığı vurgulanmıştır. Bu sonuçlardan yola çıkarak, gebelik döneminde beden imajının gestasyonel kilo alımı ile doğrudan, gebelik öncesi VKİ ve eğitim düzeyi ile dolaylı olarak ilişkili olduğu ifade edilebilir. Beden imajı gebelikte ağrı varlığından da etkilenebilmektedir. Wand vd'nin çalışmasında, lumbopelvik ağrı yaşayan gebelerde beden imajının bozulmasının ağrı yaşamayan gebelere göre daha fazla olduğu ve bu bozulmanın ağrının şiddeti ile ilişkili olduğu bulunmuştur.¹⁰ Gebelerde beden imajı içinde bulunan trimesterden etkilenebilmektedir. Beden imajı memnuniyetsizliği en çok 2. trimesterin erken dönemlerinden ortalarına doğru görülmektedir.¹¹ Bu faktörlere ek olarak, genç yaşta gebe kalmanın, yüksek eğitim düzeyine sahip olmanın, evlendikten kısa süre sonra gebe kalmanın, sosyo-ekonomik düzeyin yüksek olmasının ve isteyerek gebe kalmanın gebelik döneminde beden imajını olumlu etkilediği bildirilmektedir.⁹

Gebelik sırasında beden imajı çok boyutludur ve pek çok faktöre bağlı beden imajında hem pozitif hem de negatif değişiklikler görülmektedir.¹² Literatürde gebelik döneminde beden imajını etkileyen faktörlerle ilgili yapılan az sayıda çalışma yer almaktadır ve bu çalışmalarda kas-iskelet sistemi ağrılarının etkileri ile ilgili ayrıntılı bir değerlendirme bulunmamaktadır. Gebelikte beden imajını etkileyen sosyodemografik ve obstetrik faktörlerle birlikte kas-iskelet sistemi ağrılarıyla ilişkili faktörlerin ortaya konulması gebelik döneminde beden imajında meydana gelen farklılığı açıklamaya ve beden imajını geliştirmeye yönelik yaklaşımların etkinliğinin artırılmasına yardımcı olabilir. Bu sebeple bu çalışmanın amacı gebelik döneminde beden imajının; sosyodemografik, obstetrik ve kas-iskelet sistemi ağrılarıyla olan ilişkisini araştırmaktır.

YÖNTEM

Çalışmada yer alan katılımcılar Gülhane Eğitim Araştırma Hastanesi, Kadın Hastalıkları ve Doğum Polikliniğine başvuran gebeler arasından seçildi. Çalışmanın içeriği ve yöntemi Gülhane Bilimsel Araştırmalar Etik

Kurulu tarafından (karar no: 2024-298) uygun bulundu. Kesitsel olarak yapılan bu çalışmaya 18-40 yaş arasında, 12. gebelik haftası üzerindeki gebeler dahil edilirken; tanısı konulmuş herhangi bir nörolojik ve/veya psikiyatrik rahatsızlığı olan, yeterli kooperasyona sahip olmayan ve çalışmaya katılmaya gönüllü olmayan gebeler çalışma dışı bırakıldı. Katılımcılar çalışma hakkında bilgilendirildikten sonra hastalardan yazılı ve sözlü onam alındı. Örneklem büyüklüğü hesabında benzer çalışma bulunmadığı için etki büyüklüğü küçük olarak hesaplamaya dahil edildi. Örneklem büyüklüğü G-Power ile lineer multiple regresyon (fixed model, R2 deviation of zero) için, etki büyüklüğü (f^2) 0.20, %95 güç, $\alpha=0.05$ tip 1 hata ve 3 prediktör ile 90 olarak hesaplandı. Çalışmaya %10- 20 yedek katılımcı eklenmesi planlandı.¹³

Değerlendirme

Katılımcıların demografik verilerini kaydetmek için yarı yapılandırılmış değerlendirme formu kullanıldı. Hastaların yaş (yıl), boy uzunluğu (cm), vücut ağırlığı (kg), eğitim düzeyleri ve obstetrik hikayeleri kaydedildi.

Beden İmajı

Katılımcıların beden imajlarını değerlendirmek için Türkçe güvenilirlik ve geçerliliği ortaya konulmuş "Gebelikte Beden İmajı Ölçeği" kullanıldı.^{14,15} Ölçek, her bir maddeye 5 puanlık bir yanıt ölçeğiyle cevap verilecek şekilde tasarlanmış olup, toplam puan aralığı 36 ile 180 arasında değişmektedir. Bu ölçeğin alt bölümleri fiziksel görünümle meşgul olma, kişinin vücudunun kuvvetle ilgili yönlerinden memnuniyetsizliği, genel görünümünden memnuniyetsizlik, seksüel çekicilik, görünüşü işlevden daha önemli bulma, görünüş nedeniyle davranıştan kaçınma ve vücut bölümlerinden memnuniyetsizlik olarak belirlenmiştir. Ölçekten alınan toplam puanın yüksek olması negatif vücut imajını göstermektedir.

Kas-İskelet Sistemi Ağrısı

Kas iskelet sistemi ağrısının sorgulanması, gebelerde ağrının belirli bölgelerdeki varlığına yönelik olarak gerçekleştirildi. Ağrıya dair verilerin doğru toplanabilmesi için, her bölge (örneğin, el, ayak, diz gibi) ayrı ayrı sorgulandı ve her birinin sağ ve sol tarafı (bilateral) dikkate alınarak ağrının varlığı kaydedildi. Sorgulama boyun, omuz, sırt, dirsek, el, bel, kalça, diz ve

ayak bölgelerini içerdi ve ağrı yaşanan bölge sayısı toplam ağrılı bölge sayısı olarak not edildi.

Obstetrik Faktörler

Katılımcıların mevcut gebelik dahil olmak üzere gebelik sayısı (gravida) her bir birey için belirlendi. Sağlıklı doğumla sonuçlanan gebelik sayıları (parite) kaydedildi. Katılımcıların gebelik haftaları, son adet tarihi kullanılarak hesaplandı.

İstatistiksel analiz

Analiz için SPSS sürüm 25.0 (IBM Corporation, Armonk, NY, Amerika Birleşik Devletleri) kullanıldı. Veriler ortalama±standart sapma [minimum maksimum] veya yüzde olarak ifade edildi. Veri normalliği normal olasılık grafikleri, Kolomogorov Smirnov testi ve çarpıklık ve basıklık katsayıları ile kontrol edildi. Sürekli değişkenler arasındaki doğrusal ilişkileri değerlendirmek için Pearson korelasyon testi kullanıldı. Gebelikte vücut imajı ile diğer faktörlerin arasındaki ilişkiyi tahmin etmek için çoklu lineer regresyon yapıldı. Regresyon analizi, bağımlı değişken olarak beden imajı bağımsız değişkenler olarak demografik bilgiler, obstetrik hikaye ve ağrılı bölge sayısı kullanılarak gerçekleştirildi. Regresyon modelinin geçerliliğini kontrol etmek için varyans analizi (ANOVA) kullanıldı.

BULGULAR

Çalışmaya katılım için taranan 121 gebe arasından, toplamda 14 gebe çalışma dışı bırakıldı. Bu gebelerden 5'i tanısı konulmuş psikiyatrik bir rahatsızlığa, 2'si tanısı konulmuş nörolojik bir hastalığa sahipti. Ayrıca, 3 gebe anketleri tamamlayacak yeterli iş birliğini sağlayamadığı, ve 4 gebe ise çalışmaya katılmaya gönüllü olmadığı için değerlendirme dışında bırakıldı. Çalışmaya ortalama yaşı 28,53±4,98 yıl olan 107 gebe dahil edildi. Dahil edilen gebelerin demografik bilgileri ve obstetrik hikayeleri Tablo 1'de gösterilmektedir. Gebelerin %47,70'i üniversite mezunu iken %41,10'u lise mezunuydu. Gebelik haftası, ortalama olarak 26,52±6,83 olup 14 ve 39. hafta arasında değişmektedir. Beden imajı ile gebelik haftası, gebelik ve doğum sayısı arasında ilişki olmadığı bulundu ($r=-0,062$, $p=0,52$; $r=-0,016$, $p=0,87$; $r=-0,109$ $p=0,26$ sırasıyla). Gebelikte

toplam beden imajı skoru; eğitim durumu, toplam ağırlı bölge sayısı ve gebelik VKİ ile pozitif ilişkili bulundu ($r=0,220$, $p=0,02$; $r=0,451$, $p=0,00$; $r=0,191$ $p=0,04$ sırasıyla). Çoklu regresyon analizlerinin sonuçları Tablo 2'de gösterilmektedir. Modele göre modelde belirlenen eğitim durumu, toplam ağırlı bölge sayısı ve gebelik VKİ vücut imajını %25,60 açıklamaktadır. Model; beden imajı 44,802 (sabit) +2,576 (ağırlı bölge sayısı) + 3,048 (eğitim durumu) + 0,533 gebelikte VKİ olarak kurulmaktadır. Maksimum 1,3'lük varyans büyütme faktörü, regresyon modelinde çoklu doğrusallığın olmadığını göstermektedir.

TARTIŞMA

Bu çalışmada, gebelerde beden imajı ile eğitim düzeyi, kas-iskelet sistemine ait ağırlı bölge sayısı ve gebelikte VKİ arasında ilişkiler olduğu bulundu. Bu değişkenler gebelerde beden imajının yaklaşık %25,6'sını açıklamaktadır. Ağrı ve beden imajı arasında komplike bir ilişki vardır. Çalışmada beden imajı üzerinde anlamlı katkının ağırlı toplam bölge sayısından etkilendiği ortaya konulmuştur. Olumsuz beden görünümünün ağrı hassasiyetini artırdığı,¹⁶ kronik ağrı yaşayan hastaların çoğunluğunun beden imajının değiştiği ve beden imajındaki iyileşmelerin kronik ağrı semptomundaki iyileşme ile paralel olduğu ortaya konulmuştur.¹⁷ Hastalık özelinde ağrı ve beden imajı arasındaki ilişki beden üzerinde gözle görülür değişikliklerin meydana geldiği meme kanseri sonrası lenfödem¹⁸ ya da gözle görünür değişikliklerin oluşmadığı fibromiyalji hastalarında da¹⁹ mevcuttur. Gebelerde ağrı ve beden imajını ele alan çalışmada ise gebelerde kronik ağrı kapsamında en sık görülen lumbopelvik ağrıda beden imajı incelenmiştir.^{10,20} Lumbopelvik ağrı yaşayan gebeler yaşamayan gebelere kıyasla beden imajında daha fazla bozulma yaşarken ağrının şiddeti arttıkça bu bozulma da artmaktadır. Beden imajında bozulma aynı zamanda ağrı ile ilişkili felaketleştirme ile de ilişkilidir. Ancak söz konusu çalışma yalnızca üçüncü trimesterde olan gebeleri kapsamaktadır ve sadece lumbopelvik ağrıya odaklanmaktadır. Oysa gebelerde diğer eklemlerde de ağrı görülmektedir. Çalışmamızda beden imajı ağırlı

bölge sayısı üzerinden ele alınmıştır ve 2 ve 3. trimesterde olan gebeleri kapsamaktadır.

Beden imajını belirleyen faktörlerden biri de eğitim durumu olarak belirlenmiştir. Çalışmamızda her eğitim düzeyinden bireyler yer alsa da popülasyonun büyük bir bölümünü lise ve üniversite mezunlarının oluşturduğu görülmektedir. Üniversite, psikolojik açıdan zorlayıcı bir dönem olabilmektedir. Bu duruma sağlıksız alışkanlıklar ve düşük beden algısı kabulü eşlik edebilmektedir.²¹ Eğitim seviyesinin yüksek olmasının beden imajını olumsuz etkilemesi, bireylerin daha yüksek bir farkındalık düzeyine sahip olmalarından da kaynaklanabilir. Üniversite öğrencilerinde beden imajını iyileştirmek için yapılan girişimleri konu alan derleme sonuçlarına göre beden imajını iyileştirmek için farklı teknikler kullanılmış ve anlamlı sonuçlar elde edilmiştir. Ancak biçimlendirici yaklaşımlar azdır ve nitel yaklaşımlar sınırlı kullanılmaktadır.²² Beden imajı günümüzde hem akademik çevreler tarafından hem de sosyal medya başta olmak üzere kamuya özgü alanlarda kendine önemli bir yer edinmiştir. Son yıllarda beden tarafsızlığı kavramı daha fazla ele alınmaktadır. Beden tarafsızlığı, daha gerçekçi, farkındalıklı ve esnek bir yaklaşım olup, bedenün işlevselliğini takdir etmek, saygı göstermek ve bakımını yapmakla birlikte, öz-değerin fiziksel görünüşle tanımlanmadığı bir kavramdır.²³ Beden tarafsızlığının pozitif beden imajından farklı olduğu ve ulaşılabilir bir orta nokta olarak bir çıkış yolu oluşturabileceği miti öne sürülmüştür. Klinisyenler; beden imajının akışkan olduğuna, kısa ve uzun vadede değişebileceğine ve bu akışkanlığın bir "fırsat" olarak görülmesine eğitim içeriklerinde yer vermelidir.²⁴ Özellikle gebelik bu akışkanlığın yüksek olduğu bir periyottur. Bu sebeple yaşamı değiştirebilecek bir güce sahip olan üniversitede beden imajı konusunda gebelik potansiyeli taşıyan kadınlara doğru içerikleri ulaştırma konusunda oldukça etkili bir yer olduğunun altını çizmekte fayda bulunmaktadır.

Çalışmamızda beden imajını belirleyen faktörler içerisinde gebelikte vücut ağırlığı sınırda bir anlamlılık düzeyine ulaşmıştır. Kadın hayatında gebelik kilo almanın en meşru zamanlarından biridir. Anne adayının vücut ağırlığı hem kendisinin hem de gelişmekte olan fetüsün sağlığının belirteçidir. Çok ya da az kilo

Tablo 1. Çalışmaya katılan gebelerin karakteristik bilgileri (N=107).

	X±SD
Yaş (yıl)	28,53±4,98
Gebelik dönemi vücut kütle indeksi (kg/m ²)	28,03±4,39
Gebelik öncesi vücut kütle indeksi (kg/m ²)	25,01±4,35
Vücut İmajı	82,27±13,76
	Medyan (Min-Maks)
Gebelik sayısı	1 [1-6]
Doğum sayısı	0 [0-4]
Gebelik süresi (hafta)	25 [14-39]
Ağnılı bölge	3 [0-8]
	n (%)
Eğitim düzeyi	
İlköğretim	4 (3,7)
Ortaöğretim	2 (1,9)
Lise	44 (41,1)
Üniversite	51 (47,7)
Lisansüstü	6 (5,6)

Tablo 2. Gebelerin beden imajını belirleyen faktörlere yönelik çoklu regresyon analizi (N=107).

	B	Standart hata	Beta	%95 GA (B için)		t	p	VBF
				Alt sınır	Üst sınır			
Sabit	44,802	10,493	-	23,991	65,613	4,270	-	-
Ağnılı bölge sayısı	2,756	0,578	0,411	1,609	3,903	4,765	<0,001	1,031
Eğitim durumu	3,048	1,496	0,176	0,080	6,016	2,037	0,044	1,031
Gebelik BKİ	0,533	0,269	0,170	0,001	1,066	1,987	0,050	1,017

R=0,506; R²:0,256, Adj. R²=0,235 (F=11,85; p<0,001). GA: Güven aralığı. VBF: Varyans Büyütme Faktörü; BKİ: Beden Kütle İndeksi.

alımı hem anne hem de fetüs için riskli durumları beraberinde getirmektedir.²⁵ Bu süreç ebeveyn olmaya hazırlanan her iki cinsiyet için de kafa karıştırıcıdır. Kadınlar, gestasyonel kilo alımı ve kaybı hakkında yapılan bilgilendirmelerin, sağlık hizmetlerinin standart bir parçası haline gelmesini ve bu bilgilerin tüm kadınlara sunulmasını talep etmektedir.²⁶ Erkekler ise, bu dönemde hissettikleri olumsuz duygular ile destekleyici bir partner olma arasındaki dengeyi kurmakta zorlandıklarını belirtmektedir.²⁷ Medikal durumlarda beden imajının değerlendirilmesi

ve rehabilitasyonu ile yaşam kalitesi artırılabilir. Ancak bu durum 4 temele dayandırılmalıdır: beden imajının medikal durumlar bağlamında değerlendirilmesi ve rehabilitasyonu ile yaşam kalitesinin artırılması, dört temele dayanmalıdır: 1. Beden imajı kavramının kapsamlı bir şekilde anlaşılması, 2. Beden imajı değerlendirmesinin yeni biçimlerinin uygulanması, 3. Tıbbi durumlar bağlamında beden imajı bozukluğu ve işlev bozukluğunun daha ayrıntılı anlaşılması, 4. Önleme, rehabilitasyon ve tedavi programlarını uygulamak ve değerlendirmek

için net bir plan hazırlanması.²⁸ Gebelikte yaşam kalitesinin artırılması için beden imajı konusundaki çalışmaların bu amaçlara hizmet etmesi yararlı olacaktır. Çalışmamızda genel olarak, değiştirilebilir psikolojik, davranışsal ve vücut ağırlığı ile ilgili faktörler, gebelikte beden imajı ile ilgili görünmektedir. Bu faktörleri değerlendiren ve iyileştiren gebelere yönelik eğitim/girişim programlarının faydalı olabileceği düşünülmektedir.

Limitasyonlar

Beden imajı çok farklı alt boyutları içermekle birlikte çalışmada beden imajı genel olarak ele alınmış ve kas-iskelet sistemi ağırları güvenilir ve geçerli bir araçla değerlendirilmemiştir. Çalışmanın tek merkezli yapılması çalışma sonuçlarının genellenebilirliğini etkileyebileceği düşünülmektedir. Aynı zamanda bu çalışmada, beden imajını doğrudan etkileyebileceği bilinen geçmiş fiziksel travma ve kaza gibi faktörler dışlama kriterleri arasında yer almamıştır. Bu sınırlılık, incelenen faktörler ile gebelikte beden imajı arasındaki ilişkiyi etkileyebilecek potansiyel karıştırıcı değişkenlerin sonuçlara dahil olmasına neden olmuş olabilir. Bu limitasyonlara rağmen, bu çalışma gebelik döneminde beden imajının sosyodemografik ve obstetrik faktörlerle ilişkisine ek olarak gebelik döneminde çok sayıda vücut bölgesindeki kas-iskelet sistemi ağırlarıyla olan ilişkisinin ortaya konulması ve yapılacak ileri çalışmalara öncülük etmesi açısından önem taşımaktadır. Gebelik döneminde beden imajına yönelik nitel yöntemleri de içerecek karma modellenmiş ileri çalışmalara ihtiyaç vardır.

Sonuç

Sonuç olarak, gebelerde eğitim seviyesinin yüksek olmasının, kas-iskelet sistemi ağırlarının yaygınlığının ve VKİ artışının olumsuz beden algısıyla ilişkili olduğu görülmektedir. Bu bulgular, özellikle gebelik sürecinde kadınların beden imajı ile ilgili yaşadıkları zorlukları anlamada ve beden algısına yönelik müdahalelerde eğitim, ağrı yönetimi ve VKİ kontrolünün önemine dikkat çekmektedir. Anne adaylarına yönelik sağlık hizmetlerinde bu faktörlerin dikkate alınması, gebelikte daha olumlu bir beden algısının desteklenmesine katkı sağlayabilir.

Teşekkür: Yok

Yazarların Katkı Beyanı: **ÖÖ:** konsept/fikir gelişimi, çalışma dizaynı, proje yönetimi, veri toplama/işleme, veri analizi/yorumlama, literatür araştırması, olguların sağlanması, yazma, kritik gözden geçirme; **ÖÖ:** olguların sağlanması, tesislerin/ekipmanın sağlanması, yazma, kritik gözden geçirme; **EÜ:** konsept/fikir gelişimi, çalışma dizaynı, proje yönetimi, veri toplama/işleme, veri analizi/yorumlama, literatür araştırması, olguların sağlanması, yazma, kritik gözden geçirme; **ED:** toplama/işleme veri analizi/yorumlama, literatür araştırması, yazma, kritik gözden geçirme; **AD:** toplama/işleme veri analizi/yorumlama, literatür araştırması, olguların sağlanması, yazma, kritik gözden geçirme; **AFT:** olguların sağlanması, tesislerin/ekipmanın sağlanması, yazma, kritik gözden geçirme; **NÜY:** olguların sağlanması, tesislerin/ekipmanın sağlanması, yazma, kritik gözden geçirme.

Finansal Destek: Yok

Çıkar Çatışması: Yok

Etik Onay: Bu çalışmanın protokolü Sağlık Bilimleri Üniversitesi Gülhane Bilimsel Araştırma Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır (Sayı: 2024-298, Tarih: 28.05.2024).

KAYNAKLAR

1. Chandra M, Paray AA. Natural physiological changes during pregnancy. *Yale J Biol Med.* 2024;97:85-92.
2. Vehmeijer FOL, Guxens M, Duijts L, et al. Maternal psychological distress during pregnancy and childhood health outcomes: a narrative review. *JDOHaD.* 2019;10:274-285.
3. Singh Solorzano C, Porciello G, et al. Body image dissatisfaction and interoceptive sensibility significantly predict postpartum depressive symptoms. *J Affect Disord.* 2022;311:239-246.
4. Bergmeier H, Hill B, Haycraft E, et al. Maternal body dissatisfaction in pregnancy, postpartum and early parenting: An overlooked factor implicated in maternal and childhood obesity risk. *Appetite.* 2020;147:104525.
5. Brown A, Rance J, Warren L. Body image concerns during pregnancy are associated with a shorter breast feeding duration. *Midwifery.* 2015;31:80-89.
6. Boscaglia N, Skouteris H, Wertheim EH, et al. Changes in body image satisfaction during pregnancy: A comparison of high exercising and

- low exercising. *Aust N Z J Obstet Gynaecol.* 2003;43:41-45.
7. Crossland AE, Munns L, Kirk E, et al. Comparing body image dissatisfaction between pregnant women and non-pregnant women: a systematic review and meta-analysis. *BMC Pregnancy Childbirth.* 2023;23:709.
 8. Mehta UJ, Siega-Riz AM, Herring AH et al. Effect of body image on pregnancy weight gain. *Matern Child Health J.* 2011;15:324-332.
 9. Kumcagız H. Pregnant women, body image and self-esteem according to the examination of some of the variables. *Journal of Human Sciences.* 2012;9:691-703.
 10. Wand BM, Elliott RL, Sawyer AE, et al. Disrupted body-image and pregnancy-related lumbopelvic pain. A preliminary investigation. *Musculoskeletal Science and Practice.* 2017;30:49-55.
 11. Skouteris H, Carr R, Wertheim EH, et al. A prospective study of factors that lead to body dissatisfaction during pregnancy. *Body Image.* 2005;2:347-361.
 12. Linde K, Lehnig F, Nagl M, et al. Course and prediction of body image dissatisfaction during pregnancy: a prospective study. *BMC Pregnancy Childbirth.* 2022;22:719.
 13. Sullivan GM, Feinn R. Using effect size-or why the p value is not enough. *J Grad Med Educ.* 2012;4:279-282.
 14. Gün Kakaşçı Ç, Ergün G, Sezer Balcı A. The psychometric properties and validity of the Turkish version of the Body Image in Pregnancy Scale (BIPS-Turkish). *Women Health.* 2022;62:21-36.
 15. Watson B, Fuller-Tyszkiewicz M, Broadbent J, et al. Development and validation of a tailored measure of body image for pregnant women. *Psychol Assess.* 2017;29:1363-1375.
 16. Osumi M, Imai R, Ueta K, et al. Negative body image associated with changes in the visual body appearance increases pain perception. *Plos One.* 2014;9(9):e107376.
 17. Senkowski D, Heinz A. Chronic pain and distorted body image: Implications for multisensory feedback interventions. *Neurosci Biobehav Rev.* 2016;69:252-259.
 18. Teo I, Novy DM, Chang DW, et al. Examining pain, body image, and depressive symptoms in patients with lymphedema secondary to breast cancer. *Psychooncology.* 2015;24:1377-1383.
 19. Akkaya N, Akkaya S, Atalay NS, et al. Relationship between the body image and level of pain, functional status, severity of depression, and quality of life in patients with fibromyalgia syndrome. *Clin Rheumatol.* 2012;31:983-8.
 20. Ray-Griffith SL, Morrison B, Stowe ZN, et al. Chronic pain prevalence and exposures during pregnancy. *Pain Res Manag.* 2019;2019:6985164.
 21. Escoto RPF, Hernandez LFB, Cruz IVD, et al. Psychological well-being, body image and risky eating behaviors in university students. *Revista Ces Psicologia.* 2024;17:38-51.
 22. Huguenin FM, de Almeida VAR, Rodrigues MVF, et al. Body image of university students: a systematic review of the characteristics of interventions. *Psicol Reflex Crit.* 2024;37:22.
 23. Pellizzer ML, Wade TD. Developing a definition of body neutrality and strategies for an intervention. *Body Image.* 2023;46:434-442.
 24. Wood-Barcalow NL, Alleva JM, Tylka TL. Revisiting positive body image to demonstrate how body neutrality is not new. *Body Image.* 2024;50:101741.
 25. Langley-Evans SC, Pearce J, Ellis S. Overweight, obesity and excessive weight gain in pregnancy as risk factors for adverse pregnancy outcomes: A narrative review. *J Hum Nutr Diet.* 2022;35:250-264.
 26. Nikolopoulos H, Mayan M, MacIsaac J, et al. Women's perceptions of discussions about gestational weight gain with health care providers during pregnancy and postpartum: a qualitative study. *BMC Pregnancy Childbirth.* 2017;17:97.
 27. Montgomery KS, Best M, Schaller S, et al. Men's perceptions of pregnancy-related weight gain: a psychosocial firestorm (Upheaval) intertwined with supportive intentions. *J Perinat Educ.* 2012;21:219-228.
 28. Pruzinsky T. Enhancing quality of life in medical populations: a vision for body image assessment and rehabilitation as standards of care. *Body Image.* 2004;1:71-81.