

Balıkesir Merkez 7 Nolu Sağlık Ocağı Bölgesinde 0-6 Yaş Çocuk Sahibi Annelerin Beslenme Konusundaki Bilgi ve Davranışları

Fazilet Tüfekçi¹, Nuriye Karadağ², Selma Başkurt², Ahmet Nesimi Kişioğlu³

¹Halk Sağ. Bilim Uzm. Bakırköy 70.Sağlık Meslek Lisesi, İstanbul

²Öğr.Gör. Sağlık Meslek Y.O. Balıkesir

³Yrd.Doç.Dr. S. Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Isparta

Özet

Beslenme; büyüme, yaşamın sürdürülmesi ve sağlığın korunması için besinlerin kullanılmasıdır.

Bu araştırma Balıkesir İl Merkezi 7 No'lu Sağlık Ocağı Bölgesinde Ocak-Mayıs 1997 tarihleri arasında 270 anne ile yüz yüze görüşülerek anket formlarını doldurtmak suretiyle yapılmış, sonuçlar bilgisayarda Epi-5 yazılımıyla değerlendirilmiştir. Yaş ortalaması 26 olan anneler araştırma grubunun çoğunluğunu (% 32.2) teşkil etmektedir. Eğitim durumları incelendiğinde en büyük grubu (% 37.9) lise mezunları oluşturmaktadır. Ek gıdaya 4-6 ayda başlayanlar çoğunluğu (% 61.8) oluşturmaktadır. Ek gıdayı kaşıkla veren anne oranı ise yüzde 71.2'dir. Biberonla beslenmenin başta diş çürüğü olmak üzere olumsuz etkileri düşünüldüğünde, sağlık personelinin amacı bu oranı daha da yükseltmek olmalıdır. Çocuğun kendi başına yemeğe başlama zamanını 18-22 ay olarak belirten anneler yüzde 34.2'dir. Çocuğunun yeme problemi olduğunu ifade edenler yüzde 40.1'dir. Çocuğunu yemesi için zorlayan anne oranı ise yüzde 14.7'dir. Beslenme bireyin, ailenin ve toplumun üretken ve sağlıklı olabilmesi için temel öğedir. Sağlık personelinin koruyucu sağlık hizmetleri içerisinde beslenme eğitimi üzerinde özellikle durmaları gerektiğini düşünmekteyiz.

Anahtar Kelimeler: Beslenme, bebek, bilgi

Nutrition Related Knowledge and Behaviour of Mothers Who Have Children Between 0-6 Years Old in Health Center #7 Area in Balıkesir

Abstract

Nutrition is, use of nutrients, to promote growth and to survive and to keep the health in good condition.

This research took place in Balıkesir, between January-May 1997 and it was carried out among 270 mothers, by face to face interviews and by their help to fill the questionnaire forms. The results were evaluated on the computer by EPI 5 software. Mothers whose average age is 26 makes up the majority group of subjects (32.2 %). High school graduates are the biggest group among them, when education level considered. Those who started giving additional nutrients when the babies are 4-6 month old makes the majority of the group (61.8 %). Those who feed the babies by spoon are in the rate of 71.2 %. Considering the negative effects of feeding babies with baby's bottle, health staff's aim must be to increase the rate of spoon feeders. Mothers whose babies start feeding themselves on their own at 18-22 months old make up 34.2 %.

The rate of mothers who say that their babies have difficulty in eating by themselves is 40.1%. Those who force the babies to eat have a percentage of 14.7. Nutrition is main factor for the individual, family and society to be healthy and productive. We think that, health staff must concentrate on giving nutritional education in the field of the health protection.

Key Words: Nutrition, child, knowledge.

Sağlıklı ve üretken bir neslin yetiştirilmesinde döllenenmeden başlayarak ergenliğin sonuna kadar uzanan çocukluk dönemindeki büyüme ve gelişmenin normal sınırlarda yeralması toplumun geleceği açısından çok önemlidir (1). Her türlü faaliyetimiz için gerekli enerjinin kaynağı yiyeceklerdir. Kasların güçlü olması yanında beyin hücrelerinin de iyi çalışabilmesi ve düşünsel çabalarda da başarılı olabilmek için yeterli ve dengeli şekilde beslenmek şarttır. Bunlara ek olarak çok çeşitli

hastalıklara yakalanmayı önlemede vücut direncinin sağlanması iyi beslenme ile mümkündür (2).

Beslenme, büyüme ve yaşamın sürdürülmesi ve sağlığın korunması için besinlerin kullanılmasıdır. Günümüzde milyonlarca insan açlık ve yetersiz beslenmenin yol açtığı ölüm ve hastalıklarla savaşırken diğerleri aşırı ve yanlış beslenmenin yarattığı bozukluklar yüzünden yaşamlarını erken yaşta yitirmekte veya çalışamaz duruma gelmektedir.

Çocukluk yaşlarında beslenme ayrı bir önem taşır. Dünyaya gelen sağlıklı bir bebeğin sağlığının devam edebilmesi ve organizmanın normal büyüme ve gelişmesini tamamlayabilmesi için çocuğun ilk günlerden itibaren ve yaşamın her döneminde yeterli ve dengeli beslenmesi gerekmektedir (3).

Ailelerin özellikle annelerin, çocuklar ile ilgili yakınmalarından biri çocuğun iştahsızlığı ve beslenme alışkanlıklarıdır. Çocuğun kendi kendine yemek yemediğini ve iştahsız olduğunu belirterek kaygılarını dile getirirler. Aile çocuğunun yeterince yediğinden emin olmak ister. Ailenin kendi beslenme alışkanlıkları, çocuğa bu konudaki yaklaşımları büyüme ve gelişmenin hızlı olduğu bu dönemde önem kazanmaktadır.

Ülkemizde çocuk ile birebir ilişkide olan kişinin anne olması nedeniyle bu çalışmanın anneler ile yapılması planlanmıştır. Bu çalışma, Balıkesir Merkez 7 Nolu Sağlık Ocağı bölgesinde 0-6 yaş çocuk sahibi annelerin çocuk beslenmesi konusundaki bilgi ve davranışlarını saptamak, bu konudaki yetersizlikleri ve yanlışlıkları belirleyerek nedenlerini araştırmak amacıyla yapılmıştır.

Materyel ve Metod

Araştırma evrenini Balıkesir Merkez 7 Nolu Sağlık Ocağı bölgesinde 6 Ocak-30 Mayıs 1997 tarihleri arasında çocuk polikliniğine başvuran ve ankete katılmayı kabul eden 0-6 yaş çocuk sahibi 270 anne oluşturmaktadır. Çalışma anneler ile yüz yüze görüşülerek anket formlarını doldurtmak suretiyle yapılmış, sonuçlar bilgisayarda "EPİS for Windows" istatistik yazılımı ile değerlendirilmiştir.

Bulgular ve Tartışma

Araştırma grubunu oluşturan 270 annenin yüzde 1.9'u 19 yaş ve altındadır. Genç yaşta anne olmanın anne ve bebek üzerindeki olumsuz etkileri göz önüne alındığında, Balıkesir il merkezinde bu oranın daha düşük olması arzu edilirdi.

Annelerin eğitim durumları incelendiğinde okur-yazar olmayanlar yüzde 2.6 iken lise ve üzeri eğitim düzeyinde olan anne oranı yüzde 63.7'dir. Annelerin yüzde 38.9'u çalışmadığını, yüzde 61.1'i ise çalıştığını belirtmişlerdir. Eğitim seviyesinin yükselmesi ve kadının ekonomik bağımsızlığını kazanması ana çocuk sağlığı üzerinde her yönden olumlu gelişmeler yapacaktır.

Tablo 1'de araştırmaya katılan annelerin eğitim durumları ile kolostrumun verilmesi arasındaki ilişki incelenmiş, eğitim durumunun artması

ile kolostrumun verilmesi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (χ^2 : 15.4, $p < 0.05$).

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Annelerin Eğitim Durumu ile Ağız Sütünün (Colostrum) Verilmesi Arasındaki İlişki Durumu

Eğitim Durumu	Hayır		Evet	
	Sayı*	%	Sayı*	%
Okur-yazar değil	3	42.8	4	57.2
Okur-yazar	1	50.0	1	50.0
İlkokul	6	7.6	72	92.4
Ortaokul	-	-	11	100.0
Lise	8	7.8	94	92.2
Üniversite	6	8.6	63	91.4

(χ^2 : 15.4, $p < 0.05$)

*Sorularda yanıt verenler dikkate alınmıştır.

Bebeğe ek gıdaya başlama zamanını 4-6 ay olarak belirten anneler yüzde 61.8 ile çoğunluğu oluşturmaktadır. Bebeğe ek gıdayı kaşıkla veren anne oranı ise yüzde 71.2, biberonla verenler yüzde 26.8'dir. Biberonla ek gıdaya geçildiğinde bebeğin anne sütünü almayı reddetmesi ve diş çürüklerine sebep olması nedeniyle ek gıdayı kaşıkla veren anne oranının yüksek olması sevindiricidir (4).

Tablo 2. Araştırmaya Katılan Annelerin Eğitim Durumu ve İlk Ek Gıdaya Başlama Zamanı Arasındaki İlişkiler

Eğitim Durumu	İlk Ek Gıdaya Başlama Zamanı					
	3 Ay ve Önce		4-6 Ay		7 Ay ve Sonra	
	Sayı*	%	Sayı*	%	Sayı*	%
Okur-yazar değil	3	42.8	3	42.8	1	14.4
Okur-yazar	1	50.0	1	50.0	-	-
İlkokul	21	26.9	50	66.6	7	6.5
Ortaokul	4	36.4	7	63.6	-	-
Lise	29	29.3	64	64.6	6	6.1
Üniversite	27	39.1	40	57.9	2	2.9

(χ^2 : 7.12, $p > 0.05$)

*Sadece yanıt verenler dikkate alınmıştır.

Annelerin eğitim durumu ile ek gıdaya başlama ayı arasındaki ilişki incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (Tablo 2, χ^2 : 7.12, $p > 0.05$).

Çocuğunun kendi başına yemeğe başlama zamanını 18-22 ay olarak belirten anneler araştırma grubunun yüzde 34.2'sini oluşturmaktadır. Oysa çocuğunun birey olduğunu, kendisinin bir şeyler başardığını göstermesi açısından yemeğini kendisinin yemesi kişilik gelişimi açısından da önemlidir.

Tablo 3'de annelerin eğitim durumu ile ek gıdanın verilmiş şekli arasındaki ilişkiler incelendiğinde, eğitim durumunun ek gıdanın verilmiş şeklini etkilediği bulunmuştur (χ^2 : 7.12, $p < 0.05$).

Çocuğunun yemek problemi olduğunu belirten anne oranı yüzde 40.1'dir. Araştırmalar ise iştah ile ilgili mekanizmaların çocuğun büyümek için gereksindiği şeylerin etkisi altında olduğunu gös-

termiştir (5). Ailelerin özellikle annelerin bu konuda yeterince objektif olmadıkları bilinen bir gerçektir.

Tablo 3. Araştırmaya Katılan Annelerin Eğitim Durumu ve Ek Gıdanın Veriliş Şekli Arasındaki İlişkiler

Eğitim Durumu	Ek Gıdanın Veriliş Şekli					
	Biberon		Kaşık		Diğer	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Okur-yazar değil	1	14.2	5	71.6	1	14.2
Okur-yazar	2	100.0	-	-	-	-
İlkokul	29	37.2	48	61.5	1	1.3
Ortaokul	2	18.2	9	81.8	-	-
Lise	19	19.2	79	79.8	1	1.0
Üniversite	18	26.1	48	69.6	3	4.3

(χ^2 : 7.12, p<0.05).

Çocuğunun yemediği yiyecek türü olmadığını ifade eden anneler yüzde 61.0, et ve sebze yemeklerini yemediğini ifade eden anne oranı ise yüzde 13.1'dir. Özellikle sebzelerin vitamin açısından zenginlikleri ve ülkemizin bitki yönünden zenginliği göz önüne alınarak, çocuklara sağlıklı beslenme alışkanlıkları kazandırılmalıdır.

Çocuğunun yemek öğünlerinin düzenli olduğunu belirten anneler yüzde 62.3'dür. Araştırma grubumuzun 0-6 yaş çocuklardan oluşması nedeniyle çocuğun öğününü aksatan (okul, iş) gibi dış etkenler henüz yoktur. Bu nedenle büyüme ve gelişmenin çok hızlı olduğu bu dönemde öğünlerin düzenli olması daha kolaydır.

Tablo 4. Araştırmaya Katılan Annelerin Eğitim Durumu ve Çocukların Yemek Öğünlerinin Düzenliliği Arasındaki İlişki Durumu

Eğitim Durumu	Yemek Öğünleri Düzenli mi			
	Düzenli		Düzensiz	
	Sayı*	%	Sayı*	%
Okur-yazar değil	5	50.0	5	50.0
İlkokul ve Ortaokul	48	53.9	41	46.1
Lise ve Üzeri	114	68.6	52	31.4

(χ^2 : 6.16, p<0.05).

*Sadece yanıt verenler dikkate alınmıştır.

Tablo 4'de görüldüğü gibi annenin eğitim durumu ile yemek öğünlerinin düzenliliği arasındaki ilişki incelendiğinde, istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (χ^2 : 6.16, p<0.05). Bu konuda daha önce yapılan bir çalışmada grubun yaş düzeyi yükseldikçe besin seçiminde sağlıklı olanların tercih edildiği görülmüştür (6).

Çocuk yemediği zaman zorladığını ifade eden anne oranı yüzde 14.3'tür ancak zaman zaman bu oranın yükseldiğine inanmaktayız. Tablo 5'de eğitim durumu ile çocuk yemediğinde ne yapıldığı arasındaki ilişki incelenmiş ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (χ^2 : 9.75, p<0.05).

Tablo 5. Araştırmaya Katılan Annelerin Eğitim Durumu ile Çocuk Yemediğinde Ne Yaptıkları Arasındaki İlişkiler

Eğitim Durumu	Yemezse Ne Yapıyorsunuz			
	Acıkınca Yer		Diğerleri*	
	Sayı	%	Sayı	%
Okuryazar değil	5	50.0	5	50.0
İlkokul	48	51.2	41	48.8
Ortaokul	5	50.0	5	50.0
Lise	45	46.3	52	53.7
Üniversite	20	28.1	51	71.9

(χ^2 : 9.75, p<0.05).

*Diğerleri: Bitirmesi için zorluyorum, istediği şeyi yapma sözü veriyorum, oyunla yediriyorum.

Sonuç ve Öneriler

Araştırmanın sonucunda; Balıkesir Merkez 7 Nolu Sağlık Ocağı bölgesinde 0-6 yaş çocuk sahibi annelerin çocuk beslenmesi konusundaki bilgi ve davranış düzeylerinin olumlu yönde olması, koruyucu sağlık hizmetlerinde görev yapan ebe ve hemşirelerin çalışmalarının etkili olduğunu göstermektedir.

Sağlık personelinin özellikle ev ziyaretlerinde çocuk beslenmesi konusunda daha fazla eğitim vermeleri, gelecek kuşakların sağlıklı olmalarında olumlu rol oynayacaktır.

Kadının erken yaşta evlenmesi ve çocuk sahibi olması, anne ve çocuk sağlığı açısından getirdiği olumsuzluklar kadar toplum sağlığı açısından da önemli bir sorundur.

Çocuğun yemeğini kendisinin yemesi, kişiliğinin gelişimi açısından önemlidir. Araştırmamızda annelerin çoğunluğunun bu konuda çocuklarını kendi kendilerini yeterince besleyemeyecekleri endişesi ile teşvik etmedikleri saptanmıştır. Erişkinlere göre çocuklar daha az miktarda yedikleri için daha kısa süreye gereksinim duyarlar, büyükler sofrada iken yemeğini bitiren çocuğun kalkma istemi kabul edilmelidir.

Yazışma Adresi:

Fazilet Tüfekçi
Atatürk Sağlık Meslek Lisesi
Balıkesir

Kaynaklar

- 1-Baysal A. Beslenme. 2.Baskı, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Yayınları. 1985:128-30.
- 2-Köksal O. Üniversite Gençliğinin Beslenme Konusu ve Sorunları. III. Halk Sağlığı Günleri Kongresi, 5-7 Mayıs 1993 Kayseri:10-12.
- 3-İbrikçi S. Kıyak M. Beslenme Eğitiminin 0-1 Yaş Gelişme Geriliği Olan Bebekler Üzerine Etkisi. II. Ulusal Hemşirelik Kongresi,12-14 Eylül 1990 İzmir:130.

- 4-Altay NA, Torgay YB. Biberon Çürüğü. *STED* 1994; 3(12):128.
- 5-Şenol S. Çocuklarda İştahsızlık Sorunu. *STED* 1995; 4(4):123.
- 6-Gutezeit G, Bloth S, Hagenow J. Selection and estimation of meals by children of different ages. *Z Ernährungswiss.* 1995;34(4):261-8.