

İlköğretim Öğrencilerinin Okul Kantinlerinden Yoğun Olarak Satın Aldıkları Besinler ve Tercih Nedenlerine Yönelik Bir Alan Araştırması

Yard. Doç. Dr. Bendegül OKUMUŞ
Muğla Üniversitesi, Eğitim Fakültesi
Kötekli Kampüsü 48000 MUĞLA

ÖZET

Bu araştırma ilköğretim öğrencilerinin okul kantinlerinden yoğun olarak satın aldıkları yiyecek ve içeceklerin neler olduğunu ve neden bu besinleri tercih ettiklerini araştırmak amacıyla yapılmıştır. Araştırma verileri, Muğla il merkezinde bulunan ilköğretim okullarının bünyesinde faaliyet gösteren kantinlerden gözlem, görüşme ve içerik analizi yoluyla elde edilmiştir. Araştırma bulgularına göre, okul kantinlerine getirilen besinlerin çoğunlukla ucuz olduğu yada çocuklar istediği için getirildiği, tüketilen besinlerin karbonhidrat, şeker ve yağ içerikleri açısından yüksek olduğu, televizyon ve diğer basın araçlarında yapılan reklamların ve çocuklar arasında geçen konuşma ve etkileşimlerin çocukların satın alma davranışlarını önemli derecede etkilediği bulunmuş, araştırmanın sonunda bazı öneriler sunulmuştur.

Anahtar kelimeler: İlk öğretim, beslenme, satın alma, okul kantinleri.

ABSTRACT

This study aimed to investigate what types of food and drinks that primary and secondary school students mainly buy at schools' canteens and the actual motives behind their buying behavior. The empirical data for this study was collected via semi-structured interviews with managers of the schools' canteens, observations carried out at these canteens and the content analysis of those food and drinks mainly bought by the students. According to the research findings, because of low price and students' preferences certain types of food and drinks are made available at schools canteens. Those food and drinks consumed by the primary and secondary school students are mainly rich in carbohydrate, sugar and fat. It was further found that advertisements on TV and on other media channels as well as talks among students tend to make much impact on students' buying behavior. Finally, the study provides a number of conclusions and recommendations,

Key Words: primary school education, food, nutrition, school canteens, buying behavior.

GİRİŞ

Bu araştırma, Muğla il merkezinde faaliyet gösteren tüm ilkokul, ortaokul ve bu okulların bünyesindeki anasınıfına yönelik faaliyet gösteren kantinlerde satılan ve tüketilen yiyecek ve içecekleri belirlemek, kantin görevlilerinin hangi hususları dikkate alarak bu yiyecek ve içecekleri satışı sunduklarını saptamak ve bu yiyecek ve içeceklerin çocukların ara öğün beslenmelerine uygun olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılmıştır. Ülkemizde bu alanda yapılan çalışmaların sınırlı olduğu düşünülürse bu çalışmanın bulguları ile okul çağı çocuklarının ara öğün beslenmelerine yönelik farklı ve yeni bilgilere ulaşılabilecektir.

Okul çağı çocuğun aile yuvasından çıkıp dış dünyaya açıldığı, toplumsal çevreye karıştığı bir çağdır. İlkokul yıllarını içine alan bu dönem ergenliğin ilk belirtilerinin başladığı 12. yaşta son bulur [1]. Okul çağı çocuklarında beslenme alışkanlıklarının gelişmesinde medya ve TV ile birlikte ana baba tutumları da önemli rol oynamaktadır [2]. Bu çağ çocukların beslenmelerindeki amaç, yeterli büyüme ve gelişmelerini sağlamak, sağlıklı beslenme arasındaki ilişkileri öğretmek ve çocuğa yeterli ve dengeli beslenme alışkanlığı kazandırmaktır. Ülkemizde okul çağında olup da okulda kalma

süresi uzun olan ve öğle yemeği yemek için eve gitme olanağı olmayan çocukların sayısı oldukça fazladır. Bu durumda çocuklar yiyeceklerini ya evden getirmeli yada okulda uygun şartlarda hazırlanan yemeklerden yemelidirler. Ancak ülkemizdeki ilk ve orta dereceli okulların çoğunun fiziksel yapısı besinlerin hazırlanması ve pişirilmesi için uygun olmadığından evden, okul kantinlerinden ve okul çevresinden beslenme ihtiyacı karşılanabilmektedir. Bu nedenle özellikle okul kantinleri ve okul çevresinde yiyecek içecek satışı yapan yerler sürekli denetlenerek besin değeri yüksek yiyecek ve içeceklerin satılması sağlanmalıdır [3].

Aslan tarafından yapılan bir araştırmada, Türkiye'de okul öncesi ilköğretim ve ortaöğretim düzeyinde eğitim gören yaklaşık 12 milyon çocuğun %16'sının beslenmesinin bozuk olduğu, %2.1'inde malnütrisyon görüldüğü, %14-15'inde zayıflık, kısa boyluluk gibi gelişme geriliği bozukluklarının tespit edildiği, %17-35'inde anemi, %30-50'sinde çevre sağlığının yetersizliğinden dolayı paraziter hastalıkların varolduğu, %15-37'sinde B vitamini yetersizliğinin olduğu, %19.8'inde D vitamini yetersizliği, %27'sinde C vitamini yetersizliği %25-40'ında iyot yetersizliği, %43-85'inde diş çürükleri, %44-72'sinde kalsiyum yetersizliği, %4.8-6'sında şişmanlık görüldüğü tespit edilmiştir [4]. Bunun yanı sıra, yine aynı çalışmada okul kantinlerinin yetersiz olduğu, kantinlerde satılan yiyeceklerin iyi denetlenmediği, öğrencilerin %60-85'nin sabah kahvaltısını yapmadıkları, %25-43'nün sokak satıcılarından alışveriş yaptıkları ve çoğunlukla simit, lahmacun, sandviç, gofret, çikolata ve hamburger gibi yiyecekleri tükettikleri; çay ve kolalı içeceklerin tüketim oranlarının %50'nin üzerinde, süt ve ayran tüketiminin de %15-25 oranlarında olduğu bulunmuştur. Buradan hareketle, ülkemizde çocukluk dönemini kapsayan çoğu ilkokul çocukların beslenmesinin yeterli olmadığı söylenebilir.

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ VE ARAÇLARI

Bu araştırma, Muğla il merkezi içerisinde faaliyet gösteren tüm ilköğretim okullarında (12 ilköğretim okulu) gerçekleştirilmiştir. Bu okullarda yapılmasının nedeni, çocukların yaşlarının 5-15 yaş arasında olmaları, büyüme ve gelişmelerinin en hızlı dönemlerini yaşamaları, çevrelerinden ailelerinden ve arkadaşlarından yoğun olarak etkilenmeleri ve beslenme bilincini yeteri kadar kazanmamış olmalarının düşünülmesidir. Araştırma verilerini elde etmek için gözlem, görüşme ve içerik analizi veri toplama teknikleri kullanılmıştır. Belirlenen tüm okullardaki kantinler (12 kantin) gezilerek özellikle tenefüs saatlerinde çocukların satın alma davranışları gözlemlenmiş ve kantin işletmecileri ile karşılıklı yüz yüze görüşmeler yapılarak satılan yiyecek ve içecekleri markaları, cinsleri ve neden yoğun olarak tüketildikleri ile ilgili bilgiler kaydedilmiştir. Ancak araştırma bulguları içerisinde marka isimlerinin verilmesinin uygun olmayacağı düşünüldüğünden, bu ürünler markalarına göre ucuz ve pahalı ürünler olarak metin içerisinde yazılmıştır. Araştırma 1 Mart 2002 ile 30 Mayıs 2002 tarihleri arasında yürütülmüştür.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Bu araştırmadan elde edilen ilk bulgular, okul kantinlerinin

işletmecileri ile yapılan yüz yüze görüşmeler neticesinde kantinlere hangi nedenlerle bu yiyecek ve içeceklerin getirildiğine yöneliktir. Tablo 1'de 7 okul kantininin işletmecisi yiyecek ve içeceklerin ucuz olduğu için seçildiğini, diğer kantin işletmecileri ise sırasıyla çocuklar istediği için, kaliteli olduğu için ve anlaşmalı firma ürünleri olduğu için bu ürünlere yöneldiklerini belirtmişlerdir. Tablo 1'de okul yönetimlerinin kantinlerde satılan yiyecek ve içecekler karışmadığı da görülmektedir. Kantin işletmecileri ile yapılan görüşmelerde, özellikle ilkökul çocuklarının harçlıkları yetersiz olduğu için satılan yiyecek ve içeceklerden ucuz ve daha az tanınmış olan markaları tercih ettikleri, ortaokul ve lise öğrencilerinin ise harçlık miktarları arttıkça daha pahalı ve tanınmış markalı ürünlere yöneldikleri belirlenmiştir.

Talo 1. Okul Kantinlerine Getirilen Yiyecek ve İçeceklerin Seçilme Nedenleri

Seçilme Nedenleri	Okul Sayısı	
	n	%
Ucuz olduğu için	7	58,3
Çocuklar istediği için	3	25,0
Kaliteli olduğu için	1	18,3
Anlaşmalı firma ürünleri olduğu için	1	8,4
Okul yönetimi istediği için	-	-
Toplam	12	100

Tablo 2'de okul çağı çocuklarının okul kantinlerinden yoğun olarak satın aldıkları yiyecek ve içecekler verilmiştir. Bu yiyecek ve içeceklerden ilk 4 ürün hariç, hepsi firma ürünü olduğundan, her ürün grubundan bir örnek alınmış ve ürünün paketinde belirtilen içerikler ve besin öğeleri değerleri (Enerji, protein, yağ, karbonhidrat, demir ve kalsiyum) aynen yazılmıştır. İlk 4 ürünün (sandviç, peynirli tost, sucuklu tost, karışık tost) enerji ve besin öğeleri değerleri ise Besin Bileşim Cetveli [5] kullanılarak hesaplanmıştır. Kantin işletmecileri ile yapılan görüşmelerde ve gözlemlerde, çocukların kantinlerden çoğunlukla sandviç, sucuklu tost, peynirli tost, karışık tost, simit, patates ve mısır cipsi, çikolata ve çikolatalı gofret, kolalı içecekler ile daha az miktarlarda olmak üzere meyveli süt ve ayran gibi yiyecek ve içecekleri satın aldıkları bulunmuştur.

Tablo 2'de görüldüğü gibi, sırasıyla peynirli,

Tablo 2. Okul Çağı Çocuklarının Okul Kantinlerinden Yoğun Olarak Satın Alıp Tükettikleri Yiyecek ve İçeceklerin Listesi

Yiyecekler	İçeriği	Enerji	Protein gr	Yağ gr	CHO gr	Fe gr	Ca mg
Sandviç(100 gr)	Un, su, tuz, maya.	298	8,2	5,6	53,0	0,4	85
Peynirli tost*	2 orta dilim ekmek,30 gr kaşar peynir,1 tatlı kaşığı margarin (10 gr)	469,1	17,29	18,81	56,87	1,0	230
Sucuklu tost*	2 orta dilim ekmek,30 gr sucuk,1 tatlı kaşığı margarin (10 gr)	401,6	15,49	12,45	56,45	1,99	26
Karışık tost*	2 orta dilim ekmek,15gr+15gr peynir ve sucuk,1 tatlı kaşığı margarin	435,35	16,39	15,62	56,66	1,5	129
Çıtos	Mısır imiği, bitkisel yağ, doğala özdeş peynir aroması,tuz	515	8	25	64	-	-
Mısır cipsi (100 gr)	Mısır çerezi, nebati yağ, domates ketçabı, tuz, baharat	552	7,68	-	50	-	-
Patates cipsi (28gr)	Patates, bitkisel yağ, tuz, lezzet verici maddeler	150	2	10	15	-	-
Kakaolu Kaymaklı bisküvi (100 gr)	Şeker, un, bitkisel yağ, kakao, fruktoz şurubu, nişasta, kabartıcılar (sodyum ve amonyum bikarbonat).	476	5,4	19,8	68	-	-
Çikolata(30 gr)	Şeker, glikoz şurubu,süt tozu,bitkisel yağ,kakao yağı,kakao kitlesi,nişasta, albumin, tuz, emilgator, soya lestinini,yapay aroma(etil vanilin)	-	-	-	-	-	-
Çikolatalı gofret(25 gr)	Şeker, buğday unu, glikoz şurubu, süt tozu, bitkisel yağ, kakao yağı, kakao kitlesi, nişasta, fruktoz şurubu, frndik,soya lestinini, emilgator, albumin, kabartıcılar, yapay aroma (etil vanilin), antimikrobiyel madde (sodyum mebisülfite)	-	-	-	-	-	-
Meyve suyu (250 ml)	Portakal suyu, su, askorbik asit.	120	2	-	26	-	-
Süt (100 ml)	İnek sütü	68	3,0	4,0	4,0	-	118
Çikolatalı Puding (100gr)	Süt, kakao, su, şeker, gum, doğala özdeş aroma, hindistan cevizi yağı	99	1,8	3,9	14,2	-	72,4
Ayran (100 ml)	Yoğurt kütürü, su, tuz	42	2,5	2,0	3,4	-	80,0
Kolalı ve gazlı içecekler (100 ml)	Su, şeker, karamel, fosforik asit, kafein ve lezzet vericiler.	42	-	-	11	-	-

* Bu ürünlerin içerik miktarları ortalama değerler olarak verilmiştir.

sucuklu ve karışık tost içerik olarak fazla miktarda doymuş yağ asitlerini içermekte ve enerji değerleri yüksek görünmektedir (469.1, 401.6, 435.35 cal.). Yine tabloda bu dört ürünün kalsiyum oranlarına bakıldığında peynirli tost (230mg.) ve karışık tost (129mg) un kalsiyum içeriğinin yüksek olduğu görülecektir. Kakaolu kaymaklı bisküvi, çikolata ve çikolatalı gofret örnekleri de içerik olarak incelendiğinde, özellikle şeker, nişasta ve katkı maddelerinin kullanıldığı, çikolata ve çikolatalı gofret'in etiketlerinde enerji ve besin öğeleri değerlerinin vermediği görülmektedir. Mısır ve patates cipsi ürünleri ise bol miktarda yağ, tuz ve baharat içermekte ve bu durum ürünlerin enerji değerlerinde de görülmektedir (Mısır cipsleri sırasıyla 515 ve 552 cal/100 gr, patates cipsi 150 cal/28 gr). Bu tür yiyecekler çocuklarda özellikle çocukluk çağı obesitesine yol açabileceğinden fazla miktarda tüketilmesi oldukça sakıncalıdır. Karbonhidrat ve yağ içeriklerinin de yüksek olduğu görülen bu ürünlerin birinde (mısır cipsi) yağ miktarı gr. olarak verilmemiştir. Meyve suyu (portakal), süt, çikolatalı puding ve ayranın içeriklerine bakıldığında ise herhangi bir zararlı madde kullanılmadığı, meyve suyunun enerji değerinin (120 cal/250 ml) süt ve pudingin ise kalsiyum değerlerinin yüksek olduğu (118mg, 72.4mg/100gr.) görülmektedir. Kola ve fanta gibi içeceklerin ise vücut için gerekli besin öğelerine sahip olmadığı, yalnızca şeker, gaz ve lezzet verici maddeler içerdikleri görülmektedir. Bu içeceklerin fazla tüketilmesi ise çocuklarda diş çürüklerine neden olabilir.

Yapılan gözlem ve görüşmelerde besin değerleri oldukça yüksek olan süt ve ayran gibi içeceklerin çok nadir olarak tüketildiği, bu yüzden genellikle kolalı ve gazlı içeceklerin kantin işletmecileri tarafından daha fazla getirildiği bulunmuştur. Bu durum Yaşar ve ark [6] ve Arslan [4] ve Tekgül ve ark. tarafından [7] ilkökul çocuklarının besin tüketimlerine ve beslenme davranışlarına yönelik yapmış oldukları araştırma sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Yine işletmecilerle yapılan görüşmelerde, çocukların bu yiyecek ve içecekleri satın alırken birbirlerinden ve basın yayın organlarındaki reklamlardan fazlası ile etkilendikleri ve özellikle marka tercihlerini vurgulayarak satın alma davranışında buldukları belirtilmiştir. Elde edilen bu bulgular, Ersoy [2], Toksöz [8] Swadener [9] ve Troccoli'nin [10] çocukların yiyecek içecek seçimlerinde televizyon

Bu dönemde çocuklarının büyüme ve gelişme çağında olmasından dolayı enerji ihtiyaçlarının fazla olduğu düşünülse bile özellikle çikolata, cips ve gofret gibi yiyecekler içerik olarak fazla miktarda doymuş yağ ve şeker bulundukları için, bu besinlerin fazlaca tüketilmeleri ileride çocuklarda yetersiz ve dengesiz beslenmeye, diş çürüklerine, yanlış beslenme alışkanlıklarına ve obesite'ye yol açabilir. Benzer bir durum, Amerikan Ulusal Beslenme ve Sağlık Konsorsiyumunda ele alınan çocuklardaki yanlış beslenme alışkanlıkları ve beslenme bozuklukları ile benzerlik göstermektedir [10].

SONUÇ VE ÖNERİLER

Türkiye 70 milyonu aşan genç nüfusu ile dünya'nın en kalabalık 20 ülkesinden biridir. Bu nedenle genç yaşlarda görülebilecek sağlık sorunları ülkenin sosyal ve ekonomik gelişimini olumsuz yönde etkileyecektir. Ülkemizde okul çağı çocuklarının ara öğün beslenmelerine yönelik çalışmalar sınırlıdır. Bu noktadan hareketle çocukların zamanlarının büyük bir bölümünü geçirdiği okullarda tükettikleri besinlerin içerik, miktar, marka ve besin değerlerinin belirlenmesini amaçlayan bu araştırmadan çıkan bazı sonuçlar aşağıda verilmiştir.

1. Okul kantinlerine getirilen yiyecek ve içecekler çoğunlukla ucuz olduğu yada çocuklar istediği için getirilmektedir.
2. Çocukların tükettikleri yiyeceklerin karbonhidrat, şeker ve yağ içerikleri yüksek olup içecekler de genellikle kolalı ve gazlıdır.
3. Yapılan gözlem ve görüşmeler sonucunda televizyon ve diğer basın araçlarında yapılan reklamlar ve çocuklar arasındaki geçen konuşma ve etkileşimler çocukların satın alma davranışlarını önemli derecede etkilemektedir.
4. Çocukların tümünün sosyo-ekonomik düzeylerinin iyi olmadığı ve ev ortamında yeterli ve dengeli beslenip beslenmediklerinin bilinmediği düşünülürse, bu verilerden bile çocukların ne kadar yanlış seçimler yaptığı harçlıklarını yanlış besinlerle tükettikleri ve bu konuda eğitime ve yönlendirilmeye ihtiyaç duydukları söylenebilir.

Yukarıdaki sonuçlara dayanılarak aşağıdaki öneriler getirilebilir:

1. Okul kantinleri okul müdürleri ve görevlendirilmiş bir personel tarafından denetlenmelidir. Bu denetimler hem temizlik ve hijyen hem de yiyeceklerin içerik çeşit ve miktarları yönünde olmalıdır.
2. Çocuklar uygun derslerde (fen bilgisi, sağlık ve sosyal bilgiler gibi) beslenme konusunda basit ve anlaşılabilir şekilde bilgilendirilmelidir. Bu bilgilendirme yenilen ve içilen yiyeceklerin fayda ve zararlarının açıklanması şeklinde olmalıdır.
3. Anne ve babaların bilgilendirilmesi de oldukça önemlidir. Özellikle beslenme saatleri için hazırlanan yiyecekler konusunda öğretmenler ve aileler arasında bilgi alışverişi olmalıdır.
4. Beslenme saatleri için hazırlanan besinler hem besleyici hem de doyurucu nitelikte olmalıdır. Peynir, zeytin, ekmekek, elma ve portakal, süt veya meyve suyu, peynirli poğaçaya, kuru üzüm, ceviz veya fındık, havuçlu veya peynirli kek gibi basit ve hazırlanması kolay yiyecekler çocukların ara öğünleri için ideal olabilir. Bu şekilde hazırlanan dengeli bir ara ürün çocukların daha sağlıklı beslenmeye yönelmelerini de azaltabilir.
5. Aileler çocukların harçlıklarını nerelere harcadıklarını denetlemeli ve besin değeri düşük ve sağlık açısından faydalı olmayan yiyecek ve içeceklerin tüketmemeleri konusunda çocuklarını yönlendirmelidirler.
6. Aynı zamanda devlet ve özel sektörün yardımları ile

sistemli beslenme programları geliştirilmelidir. Sağlık Bakanlığının başlatmış olduğu çocuklarda anemiyi önlemeye yönelik program iyi bir adım olabilir. Bunun yanı sıra geçmiş yıllarda uygulanan okul sütü programlarının devam ettirilmesi gereklidir.

7. Son olarak özellikle besin endüstrisine büyük sorumluluklar düşmektedir. Yurt dışında pek çok ülkede uygulanan besinlerin zenginleştirilmesi uygulamaları ülkemizde de yapılmalıdır. Özellikle demir, çinko, protein, A, B, C, ve D vitaminleri besinlere uygun oranlarda eklenirse çocukların sıklıkla tükettikleri kantin ve market ürünlerinin bir kısmı daha sağlıklı ve besleyici hale gelebilir.

KAYNAKLAR

- [1] Yörükoğlu, A (1994) Çocuk Ruh Sağlığı, Özgür Yayın Dağıtım Ltd.Şti. İstanbul.
- [2] Ersoy, G. (1989), Beslenme eğitimi alan ve almayan ilkokul çocuklarının yiyecek seçiminde televizyon reklamlarından etkilenme durumu. Beslenme ve Diyet Dergisi,(18)2:165-175.
- [3] Baysal, A. (1990) Beslenme. Hatipoğlu Yayınları: 93,Yükseköğretim Dizisi: 26, 7. Baskı, Ankara.
- [4] Arslan, P. (2001) Okul sütü ve okul beslenme programlarının önemi. World Health Organization, Turkey Liaison Office, Ankara.
- [5] TDD (1988) Besinlerin Bileşimleri. Türkiye Diyetisyenler Derneği Yayını:1-2.Baskı,Ankara.
- [6] Yaşar, A. İlica, B, Rakıoğlu, N. (1999). Ankara'da devlete ait ve özel ilköğretim okullarında eğitim gören çocukların beslenme durumlarına ilişkin bir araştırma. Beslenme ve Diyet Dergisi, 28 (1):21-28.
- [7] Tekgül, N. Özer, G. Aksoy, M. (1986), İlkokul öğrenci ve öğretmenlerinin bilgi düzeyleri ile bunun uygulama durumu.Beslenme ve Diyet Dergisi,15: 47-54.
- [8] Tokgöz, O. (1982), Televizyon Reklamlarının Anne-Çocuk İlişisine Etkileri, Ankara Üniversitesi S.B.F. Yayınları:501. Ankara.
- [9] Swadener, S. (1994), Nutrition education for preschool age children: A review of research. U.S.Department of Agriculture Food and Consumer Service Office of Analysis and Evaluation .U.S.A.
- [10] Troccoli, K. (1994), Eat to learn, Learn to eat:the link between and learning in children. Washington DC: National Health Education Consortium.

ABONE OLDUNUZ MU ?



FOOD SEKTÖR
market - otel - otomasyon dergisi

0046 - 3047 2004 YIL : 4 SAYI : 17
8.000.000 TL (2012 Gıda)

3 YAŞINDAYIZ
Gıda Firmaları
İhracat Atağında

Organik Gıda Pazarı

Türkiye Yeni Fuarları Kazanıyor

VKF Yatırımlara Hız Verdi



0 232 441 60 01
info@foodsektor.com